

ज्ञानसागरांतील शिंपले



—संग्राहक—

गोविंद सीताराम गोखले

M 88
G 61 J

बलिप्रतिपदा १८७८



मूल्य अडीच रुपये

UNIVERSAL
LIBRARY

OU 192278

UNIVERSAL
LIBRARY

OUP—881—5-8-74—15,000

OSMANIA UNIVERSITY LIBRARY

Call No. M88 Accession No. PGM 1779
Author G 61 J
Title गोरवते, गणेशी
एन आगरांतीक शिंपते.

This book should be returned on or before the date last marked below

ज्ञानसागरांतील शिंपले



—संग्राहक—

गोविंद सीताराम गोखले

बलिप्रतिपदा १८७८



मूल्य अडीच रुपये

: प्रकाशक :
अ. स. बेद्य,
यशवन्त प्रकाशन,
६८९/२४ मदागिव,
पुणे २.

मुद्रक
न. वा. लिमये,
महाराष्ट्र मुद्रणालय,
टिळक रोड पुणे २

प्रथमावृत्ति, १९५६
सर्वाधिकार लेखकाचे स्वाधीन

माझ्या आईस-आजीस मादर समर्पण

“ म नो ग त ”

“ विचार करण्याचीही एक सवय असते, सवयीने विचार वाढतो, रोजचे निरीक्षण, वृत्त, अनुभव दररोज टांचून ठेवायचे म्हटले म्हणजे स्मरणाची, चितनाची, अनुशिलनाची सवय लागते; लहान मोठ्या प्रत्येक कृतिमधे कांही तरी “वृत्ति” असते, ती “वृत्ति” शोधण्याची सवय मनाला लाऊन घ्यावी, या उद्देशाने मी प्रयत्न करण्याचे ठरविले.

“थेवे थेवे तळे साचे ” या उक्तिप्रमाणे माझ्या ८।१० वर्षी-पूर्वीच्या लहानशा सवयीचे या पुस्तकात रूपांतर झाले आहे, असे मला वाटते. “ चागलें वाचलें की ते टिपून ठेवणे ” हीच एक सवय, पण त्या सवयीने आज चागल्यापैकी मूळ धरले आहे, व त्या मुळाचे झालेले रोपटे या पुस्तकरूपाने वाचकांच्या पुढे येत आहे. या रोपट्यास इंग्रजी, मराठी मासिके, पुस्तके, व नियतकालिके याचे बरेचमे खत घातले गेले आहे, त्यामुळेच हे रोपटे नीट फोफावले. स्थलाभावी या प्रत्येक खताचा नामनिर्देश करणे येथे केवळ अशक्य आहे ज्या लेखकांनी, विचारवतानी, विद्वानानी, शास्त्रज्ञांनी हे खत मिळण्याचे ठिकाण दाखविले, त्या सर्वांचाच मी अत्यंत ऋणी आहे

माझ्या वडिलांचे मित्र श्री. द. गो. जोशी यांनी या पुस्तकाच्या प्रसिद्धिस, मोठ्या आपुलकीने, हातभार लावला आहे, आणि विशेषत श्री. य. गो. जोशी यांनी आपल्या बंधूच्या सांगण्यावरून, या पुस्तकाच्या छपाईचे व प्रकाशनाचे काम मोठ्या आनंदाने केलें याबद्दल त्यांचे जितके आभार मानावे तितके थाडेच आहेत.

—गो. सी. गोखले

‘ शिंपले ’ उकलतांना-



सागर म्हणजे अथांग व विशाल. त्याच्या पोटांत खोलवर कितीतरी जडअजड, लहानमोठे जीवजंतू, डोंगर-पर्वत, अमोल रत्ने आणि कस्पटेहि सांठविली आहेत. पृथ्वीवर जेवढे काही आहे त्यापेक्षा अधिक समुद्रांत आहे; तेव्हा सागराची उपमा ज्ञानाला देण्याने त्याच्यासारखी अतर्क्य समृद्धि अभिप्रेत आहे व ती अगदी वाजवी आहे. ज्ञानाची अगति अगे आहेत व ती सारखी वाढत आहेत. एका माणसाला ही सर्व नुसती परिचित करून घेण्यासहि अनेक जन्म घ्यावे लागतील. मोठ्यात मोठ्या विद्वद्वरेण्यासहि काही मोजक्या ज्ञानशाखात पारंगतता मिळविता येते. तथापि आजच्या सुसंस्कृत उच्च समाजात सामान्य ज्ञानाची पातळी बरीच वर असलेली दिसून येईल ही पातळी गाठण्यास अनेक विषयाचे वरवरचे का होईना पण काही ज्ञान अमणे आवश्यक होऊन बसले आहे. त्यासाठी विविध क्षेत्रातील विद्वानाबरोबर जसे सभाषणाचे प्रसंग घडवून आणावे लागतात त्याचप्रमाणे विविध प्रकारचे सदर्थ-ग्रथ हाताळावे लागतात. विशिष्ट माहितीसाठी असे साहित्य चाळता यावे म्हणून तरी अनेक निरनिराळ्या सदर्थ-ग्रथाच्या अस्तित्वाची जाणीव असावी लागते संदर्भासाठीच तर सर्वज्ञानसंग्राहक ज्ञान-कोशासारखे सदर्थग्रथ असतात. लहान लहान ज्ञानाचे कण संग्रहित करण्यापासून तो मोठमोठे विषय विवेचण्यापर्यंतचे हे सदर्थ-ग्रथ असतात.

अगदी प्राचीन काळापासून विद्याव्यासंगी लोकाची प्रवृत्ति जे उपयुक्त आपल्या वाचनात आले असेल किंवा माहित असेल ते टिपून ठेवण्याकडे साहजिक आढळून येते. अग्निपुराणासारखी पुराणे किंवा ‘शुक्रनीति’ सारखे विविध विषयाना वाहिलेले ग्रथ या विधानाची चांगली साक्ष देतील. ख्रिस्ती पहिल्या शतकातील प्लिनीच्या ‘नॅचरल हिस्टरी’ या कोशांत २०००० वर ‘फॅक्ट्स’ म्हणजे वास्तव माहितीच्या गोष्टी

आहेत. सर रिचर्ड फिलिप्सचा 'मिलियन ऑफ फॅक्ट्स' या नांवाचा प्रस्तुत 'शिपल्या'प्रमाणे एक ग्रंथ आहे.

मराठीत मागे अशी पुस्तके होऊन गेलेली आढळतील. 'सारसग्रह' हे १८३१ सालचें आहे नंतर १८४७ साली गुजराथीवरून 'संसार चोपडी' निघाली. या चोपडीच्या बऱ्याच आवृत्ती निघाल्या. फार मजेदार असे. आपल्याकडे इंग्रजी अमदानीतील पहिल्या पिढीचे 'लोकहितवादी' यांनी कितीतरी वेगवेगळी माहिती संग्रहित करून छापली आहे 'उपयुक्त माहिती' चेच तीन भाग आहेत. दुभाषि आणि कपनी या प्रकाशकानी १८९३ मध्ये प्रसिद्ध केलेले 'माझे प्रिय पुस्तक अथवा व्यवहारदर्पण' असेच विविध गोष्टीनी भरलेले आहे, बेळगावचे प्रकाशक द. गो. सडेकर यानी 'प्रसंग रत्नावली अथवा बुद्धि-वैभव', 'ज्ञानसिधु' व 'सर्वसंग्रह' ही पुस्तके ५०-६० वर्षापूर्वीच छापलेली दिसतील.

न छापलेली किंवा छापण्यासाठी तयार केलीच नसून आपल्या व कुटुंबांतल पुढील पिढीच्या सदर्भासाठी म्हणून वेळोवेळी टिपून ठेवलेल्या माहितीच्या वह्या किंवा 'बाडे' कित्येक घरातून अडगळीत पडून असतात. अशी काही भारत इतिहास सशोधक मंडळात सशोधून जतन करून ठेवलेली आहेत. आजहि काही वरील सारखे टिपणकार आढळतात. त्यांच्या रोजनिशी किंवा टांचेणे, वह्या नष्ट होऊ नयेत म्हणून ज्याना याची माहिती लागेल त्यानी त्या प्रयत्नाने मिळवून काळजीपूर्वक जतन करून ठेवाव्यात किंवा एखाद्या चागल्या सस्थेकडे द्याव्यात.

हे वर विवेचिलेले साहित्य कसे महत्त्वाचे असते याची चागली कल्पना प्रस्तुत 'ज्ञानसागरांतील शिपले' या पुस्तकावरून येईल. यातील कित्येक शिपले उंची मोत्यानी भरलेले आहेत. काही कृत्रिम असले तरी बिघडलें नाही. हे शिपले वेंचणाराने किती काळ व किती कसोशीनें अनेक जलाशयातून त्याना वर काढण्याचे परिश्रम घेतले आहेत याची, पुस्तक नुसते चाळल्यासहि कल्पना येते. बहुतेक वाचक वाचनातील टिपणे काढण्यास कटाळतात. जवळ पेन्सिल, कागद घेऊन बसावयाचे म्हणजे करमणुकीसाठीं वाचन कोठलें ? तो अभ्यासच झाला ! पण असा अभ्यास हीसेने रात्रदिवस करणारे महाभागहि भेटतात. म्हणून तर अशी पुस्तके निघतात. या कोश-

स्वरूपी पुस्तकांत तीनशेंच्या वर 'शिपले' आहेत. शिवाय प्रत्येक पानाच्या पायतळी एक एक सूक्ति किंवा सुवचन आहे, त्याची संख्या २०७ आहे.

या 'शिपल्याचे ठोकळ विषयवार पुढील विभाग देखील पाडले आहेत—
१ वाङ्मय व अध्यात्म; २ शरीर-शास्त्र; ३ प्राणिशास्त्र; ४ पदार्थ-विज्ञानशास्त्र; ५ विविध विषय; ६ ज्योतिषशास्त्र; ७ वनस्पतिशास्त्र; ८ व्यावहारिक गोष्टी व ९ करमणूक. यातील शेवटचे दोन विभाग सामान्य साक्षर वाचकाला फार उपयुक्त व मजेदार वाटतील. व्यवहारांतील नेहमीच्या अडचणीवर इलाज काय करावे हे त्याला चटकन् कळेल व करमणूक पाहिजे तर तीहि मिळेल. विषयसूचीवरून किती विविध माहिती थोडक्यात दिली आहे ते दिसेल व पृष्ठांकावरून ती लगेच काढून वाचतां येईल. काही उपयुक्त 'शिपल्या'चा मासला पाहा—

(१) अतिशय थकवा आल्यास (पृ. ७६); (२) कपडे धुण्याची रीत (१२२); (३) कपड्यावरील डाग काढणे (१२१); (४) काढ्याचे विविध उपयोग (१७१); (५) केस गळणें-टक्कल पडणे-केस काळे करणे (७८); (६) चेहऱ्यावरचे मुद्दम, पुटकुळ्या व डाग नाहीसे करण्यास (७८); (७) जेवताना पाणी प्यावें का? (५१); (८) झोप लागण्या-करिता (६६); (९) दृष्टि सुधारण्यास (७८); (१०) पडसे कशामुळें होते (३७), (११) फुलदाणीतील फुलें ताजी राखणे (१७०), (१२) ब्राह्मीचे तेल घरीं बनविणे (१७३); (१३) मुलास कोणत्या टाडपाचे पुस्तक वाचण्यास द्यावें (४२); (१४) लहान मुलासो कसे वागावे? (२२); (१५) लोकरीचे अगर रेशमी कपडे धुताना (१२२) ' (१६) वाचताना घेण्याची काळजी (४९); (१७) व्हॅसलीनचा उपयोग (१००); (१८) साबणाचे उपयोग (१०८); (१९) सुखी होण्याचा सोपा मार्ग (१३४), (२०) सुतो अगर लोकरीचा कपडा ओळखणे (१२१); (२१) स्नान कसे करावे? (६७); (२२) स्मरणशक्ति वाढविण्याचे पाच उपाय (६४); (२३) हिऱ्याची पारख (१०३); (२४) होतकरू वक्त्यासाठी (१४७).

या झालाका-परीक्षणावरूनहि प्रत्येक लहान मोठ्या माणसाला या पुस्तकाची जरूर आहे असे आढळेल. सामान्य ज्ञानासाठी अशा प्रकारची काहीं शालेय पुस्तके निघाली आहेत; पण इतके सर्वव्यापक उपयुक्त साहित्य

असणारे पुस्तक कित्येक वर्षांत मराठीत निघालेलें नाहीं. तेव्हां या 'चव-चाल' व 'छादिष्ट' (हीं दोन्ही विशेषणें चांगल्या अर्थानि आहेत) 'शिपले' वेचणाराचे आमच्यासारख्या समव्यवसायी कोशकारानी तरी अभिनंदन करणे कर्तव्य ठरतें. लेखक अगदी तरुण विणकाम-विशारद आहेत. नागपूरच्या एम्प्रेस मिलमध्ये ते 'असिस्टंट विव्हिंग मास्टर' च्या मोठ्या हुद्यावर आहेत. 'अमृत' मासिकात त्यांचे ज्ञानदायी लेख असतात. त्यांनी आतांपावेतो एक हजारावर मराठी-इंग्रजी पुस्तके सार काढून घेण्याच्या दृष्टीने वाचली आहेत. जे आपण वाचतो त्याचा लाभ इतराना थोडाफार मिळावा या उद्देशाने ते वाचन करतात. अर्थात् कादंबऱ्या-लघुकथा-नाटके त्यांच्या वाचनात नसणार हे सागावयास नकोच. आमच्या तरुणाना हा आदर्श आहे यात शका नाहीं. अमो

या 'ज्ञानसागरातील शिपल्या'चे संग्राहक श्री गोविंदराव गोखले याना धन्यवाद देऊन व त्यांनी असाच छंद ठेवावा असे प्रेमाने सुचवून ही प्रस्तावना संपवितो.

चित्तामण गणेश कर्वे

वाङ्मय व अध्यात्म : : : १

ईश्वराच्या मूर्तीची कल्पना

ज्याने परमेश्वराची मूर्ति करण्याची कल्पना काढली तो मनुष्य खात्रीने शहाणा होता. मूर्तीमुळे मनुष्याची चित्त-शुद्धि होते. ज्यावेळी पत्थराच्या मूर्तीवर मनुष्य देवत्वाची स्थापना करतो, त्यावेळी तो स्वतःचा विकास व उन्नति साधत असतो. मूर्ति नसती तर बागेतील फुले तोडून त्याच्या साहाय्याने मनुष्याने आपला देह शृंगारला असता; परंतु मनुष्य जेव्हा देवावर फुले वाहतो, तेव्हा आपली गंधवासना त्याने अधिक संयमी व उन्नत केलेली असते. आपली वासना मिटवून टाकण्यासाठी उपभोगाचे विषय अर्पण करण्याची युक्ति ज्या माणसाने शोधून काढली तो खरोखरच धन्य होय !

कर्म करतो त्यालाच जगण्याचा अधिकार

वेदात असे सांगितले आहे की, “कुर्वन्नेवेह कर्माणि जिजीविषेत् शतं समा.” कर्म करित असतां १०० वर्षे जगण्याची इच्छा माणसाने करावी. जो कर्म करतो, त्यालाच जगण्याचा अधिकार आहे. जो कर्मनिष्ठा सोडून भोग घेत राहतो, तो मृत्यूचा अधिकारी बनतो. आज आपल्या समाजात अशी परिस्थिति आहे की, काही लोक अतोनात कष्ट करतात म्हणून त्यांचे आयुष्य क्षीण होत आहे, आणि काही अतीशय आराम घेत आहेत म्हणून त्यांचेही आयुष्य कमी होत आहे. ही व्यवस्था समाजघारणेस योग्य नव्हे.

(१) स्वार्थ हा असा एकच दुर्गुण आहे की, तो दुसऱ्याच्या ठिकाणी असलेलाही आपल्याला सहन होत नाही.

त्याग व दान

त्याग अगदी मूळावर घाव घालणारा आहे; दान वरून पालवी खुडण्यापैकी आहे. त्याग पोटात घेण्याचा दवा आहे, तर दान कपाळावर लावण्याची सुठ आहे. त्यागात अन्यायाची चीड आहे, तर दानात लौकिकाची भीड आहे. त्यागाने पापाचे मुद्दल फिटते तर, दानाने पापाचे व्याज सुटते. त्यागाचा स्वभाव दयाळू आहे, तर दानाचा स्वभाव मायाळू आहे. दोन्ही धर्मच आहेत. त्यागाची वस्ती धर्माच्या पायथ्याशी आहे; त्याग मनुष्याचे अंतर्मन उघडे करतो, तर दान माणसाचे बाह्यमन खुले करते.

सौंदर्य कशांत आहे ?

भीष्माच्या प्रतिज्ञेत, अर्जुनाच्या एकाग्रतेत, एकलव्याच्या गुरुभक्तीत, हरिश्चंद्राच्या सत्यप्रीतीत, श्रावणाच्या पितृभक्तीत, रामाच्या एकपत्नीव्रतांत, भगीरथाच्या प्रयत्नवादात, प्रल्हादाच्या ध्येयनिष्ठेत, कर्णाच्या दातृत्वांत, बुद्धाच्या अहिंसेत, जहागिराच्या न्यायात, बाजीप्रभूच्या स्वामीनिष्ठेत, सभाजीच्या धर्मप्रीतीत, टिळकाच्या स्वराज्यप्रीतीत, ध्रुवाच्या ईश्वरभक्तीत सौंदर्य पुरेपूर भरलं आहे.

आचरण शुद्ध कसें असावे ?

लोकमान्य टिळक एका ग्रथांत लिहितात, “मी स्वतः एक पामर मानव आहे; तरी मी हे सांगू शकतो की, ३० वर्षे मी सयमीत व सशुद्ध मार्गाने माझी जीवनयात्रा जालवीत आहे. कदाचित् त्याचेच फळ म्हणून मला दिव्य प्रकाश दिसतो व सूक्ष्म ध्वनि ऐकू येतो. गांधीजीमुद्धा असेच म्हणत होते की, मी सत्याचा उपासक आहे म्हणूनच जनतेवर माझे वजन पडत असावे.

लिहिण्याची पूर्व तयारी

काही लिहावे असे जर तुला वाटत असेल तर तुझ्याजवळ ज्ञान, कला व जादु ही तिन्ही असली पाहिजेत. शब्दांत लपलेल्या संगीताचे ज्ञान, कलेची

(२) काम करण्यापासून कदाचित् नेहमीच आनंद मिळणार नाही, परंतु काम न करितां मात्र कधीच निर्भेळ आनंद प्राप्त होणार नाही.

कृत्रिमता टाळण्याची कला आणि आपल्या वाचकांवर प्रेम करण्याची जादु ही तिन्हीही असली पाहिजेत. जें लिहावयाचें ते केवळ लोकांच्या करिता असा केवळ उपदेशपर हेतु त्यात नसावा. अनुभवजन्य ज्ञान हें कल्पना-रम्यतेपेक्षा केव्हाही सरसच असतें हे विसरूं नये.

संसार म्हणजे काय ?

संसार म्हणजे आपल्या चैनी पुऱ्या करण्याचा राजमार्ग न समजता दोन जीवांची परस्परांच्या सुखासाठी आत्मसुखाचा त्याग करण्याची तपश्चर्या आहे असें प्रामाणिकपणे मानल्यास संसार सुखाचा झाल्याशिवाय राहणार नाही. दुसऱ्यांची वर्मे काढण्याअवजी त्यानी आपल्यासाठी केलेल्या बारिक सारिक कृत्याची वाखाणणी करावी. पदार्थांना नांवे न ठेवता त्यातील दोषावर पाघरुण घालावें. आपली प्रौढी कमी गावी जें करायचें ते करून दाखवावें आणि मुख्य म्हणजे मनापासून गोड बोलण्याची सवय ठेवा.

हे परमेश्वरा !

हे परमेश्वरा, माझी अवेढीच प्रार्थना आहे कीं, माझ्या हृदयाला ज्याची वाण आहे ते देऊन तू त्याला शांत कर. आयुष्यातील सर्व बऱ्या वाईट प्रसंगाना तोड देतां येईल असें मानसिक धैर्य दे. माझे प्रेम मानवतेच्या कारणी लागेल असे बल मला दे. गरीबाना कधीही अतर देणार नाहीं व पागवी शक्तिपुढे मान तुकविणार नाही या कृतनिश्चयासाठी माझे मन खबीर बनव. दररोजच्या क्षुद्र गोष्टीतून बाहेर निघून काहीं उच्च विचार करावा अशी बुद्धि दे; आणि माझे सर्व सामर्थ्य तुझ्या चरणी विलीन करण्याची वासना मला दे. हे परमेश्वरा, मनापेक्षा बुद्धी व बुद्धीपेक्षां तुझ्यावरील श्रद्धा मी श्रेष्ठ मानतो व या श्रद्धेने मी कायमचा बाधला जावो हीच तुझ्या चरणी विनम्रभावानें प्रार्थना करतो.

(३) जो केवळ हातानीच काम करतो तो मजूर, जो हात व कसब यांचा उपयोग करतो तो कारागीर, परंतु जो हात आणि कला याचेबरोबर आपलें हृदय ओतून काम करतो तोच खरा कलावंत.

रोज ध्यान कां करावें ?

स्वामी रामकृष्ण परमहंसांना एकदा विचारण्यांत आले, “ आपण सिद्ध आहात, आपणास परमेश्वराचे दर्शन झालें आहे, मग आपण रोज ध्यान का करता ? स्वामींनी पलीकडेच ठेवलेले आपले कमंडलु आणण्यास सांगितले व त्याकडे बोट दाखवून म्हणाले, “ हे कमंडलु आपण रोज घासून पुसून स्वच्छ ठेवतो, म्हणूनच असं चकचकीत राहत. जर आपण ते एकदाच खूप साफ करून ठेवले व मग बरेच दिवस त्याच्याकडे लक्ष दिल नाही, तर तें असे स्वच्छ राहिल का ? ” यावर कुणालाच काही बोलतां आले नाही

मत्सराचें स्वरूप

जे आपल्याला मिळणे शक्य आहे असे माणसाला वाटतें, पण शक्य असूनही त्याला ते मिळत नाही व दुसऱ्याला मिळते, ते माणसाच्या मनात मत्सर निर्माण करतें. आपल्या मनातील मत्सर जगात वावरताना निरनिराळी अनेक सोगे घेऊन वावरत असतो, त्यामुळे आपण स्वतः जरी त्याला ओळखू शकत नसलो तरी इतरांना मात्र अनेकदा हे सोगे उमगते. आत्मनिरीक्षण हाच मत्सरावर खात्रीचा इलाज आहे.

गणेशाच्या मूर्तीची कल्पना

गणेशमूर्ति ही सौंदर्याची प्रतिमा जरी खास नसली तरी या चमत्कृतिमय मूर्तीच्या विविध अवयवात महत्त्वाचा अर्थ व्यतीत व्हावा अशी मूळ योजना आहे. मूर्तीचे डोळे किलकिले पण तीक्ष्ण आहेत, कारण जो बुद्धिमान असतो त्याची दृष्टि सूक्ष्म व दूरदर्शी असावयास हवी. कान फार मोठे आहेत, बहुभ्रुतता हा ज्ञानवतांचा प्रमुख गुण आहे. पोटा मोठे आहे, कारण विद्वानाच्या पोटात शहाणपणाचा फार मोठा सग्रह असतो. मांड्या आखूड आहेत, ज्याला फार कळत त्याला झटकन् वळता येत नाही, विचार फार वाढला की, कृति नि गति मद होते; दोन दात आहेत, पण एक मोडलेला

(४) मित्राचा स्नेह टिकवून धरायचा असेल तर ३ गोष्टी कटाक्षाने टाळा (१) वादविवाद (२) द्रव्याची याचना व (३) त्याच्या प्रिय पत्नीशी गप्पा मारण्याचा मोह.

आहे. मेधा व श्रद्धा हे दोन दात, पण त्यातील मेधा ही केव्हातरी अपुरीच पडते.

थोरांचे जन्म-मृत्यु

	जन्म	मृत्यु
ज्ञानेश्वर	१२७५	१२९६
मुक्तेश्वर	१५९९	१६४९
रामदास	१६०८	१६८१
तुकाराम	१६०८	१६४९
श्रीधर स्वामी	१६७८	१७२९
वामन पंडित	१६१८	१६७३
मोरोपंत	१७२९	१७९४
गुरु नानक	१४६९	१५६८
ज्यो. फुले	१८२७	१८९०
लो. टिळक	१८५६	१९२०
म. गांधी	१८६९	१९४८
विवेकानंद	१८८२	१९०४
दयानंद सरस्वति	१८८३	१९२३
साने गुरुजी	१८९९	१९५०

गरज व नकार

ज्याला एखाद्या गोष्टीची खरोखरच आत्यंतिक गरज आहे, परंतु तो दुसऱ्याजवळ मागण्यास कचरतो तेव्हा त्याला मनापासून वाटते की, “ मला दे, असे म्हणतांना मागणाऱ्याच्या हृदयाला काय दुख होत असते हें जर देणाऱ्याला कळू शकेल तर तो त्याला स्वतःचें रक्त देखील देईल ” व देणाराहि तेवढाच खंबीर असेल तर तो म्हणतो, “ आज थोडे, उद्या थोडे असे मागता मागता कांही दिवसानी हा आपले रक्तही मागण्यास कमी

(५) शहाणीं माणसें घड्याळ किंवा ज्ञान यांचा शोभेसाठीं उपयोग करीत नाहीत.

करणार नाही ” ही झाली गरजेची स्थिति; आता प्रत्यक्ष नकार देताना माणूस काय काय गोष्टी करतो ते पाहा :

(१) मौन धरील (२) उत्तर देण्यास वेळ लावील (३) दुसरीकडे निघून जाईल (४) जमिनीकडे आशाळभूतपणे पाहत राहील (५) दुसरेच काहीतरी बोलणे सुरू करील. (६) भुवई वाकडी करून भलतीकडेच पाहत राहील. (७) आपल्याचबद्दल “ असे झाले, तसे झाले ” असे सांगण्याचा प्रयत्न करील.

संपत्तीची समान वांटणी

एका सुबुद्ध धनिकाने आपल्या पश्चात् आपल्या दोन मुलांत वांटणी-संबंधी भाडणे होऊ नयेत म्हणून पुढीलप्रमाणे आपले मृत्युपत्र लिहिलेले होते :

माझ्या संपत्तीची वांटणी सारख्याच प्रमाणांत व्हावी व ती थोरल्या मुलाने करावी वाटणीतला कोणता वाटा उचलावा हे धाकट्या मुलाने प्रथम ठरवावे, कारण तो लहान आहे आणि त्याने आपला भाग घेतला की, मग थोरल्याने उरलेला भाग घ्यावा. मात्र दोघानी एवढे लक्षात ठेवावे की, आपल्याला मिळणारा भाग हा योग्य आहे.

कोणापासून कसे रक्षण करावे ?

बोकडापासून आत्मसरक्षण करण्याचे असेल तर त्याच्या डोक्यापासून सावध रहा, घोड्यापासून अगर गाढवापासून बचावे करणे झाल्यास त्याची मागची बाजू साभाळ, हत्तीपासून सरक्षण हवे असल्यास त्याच्या सोडे-पासून दूर रहा, परंतु दुष्ट माणसापासून बचाव करायचा असल्यास मात्र सर्व बाजूनी सावध रहा; कारण कोणत्याही ठिकाणी, कोणत्याही परिस्थितीत तो गळा कापण्यास मागे पुढे पाहात नाही.

थोरांचे कर्तृत्व

शकराचार्य : १० व्या वर्षी षोडश भाष्याचें अध्ययन व १९ व्या वर्षी दिग्विजय.

(६) लबाडी ही तोकड्या चादरीसारखी आहे; तोंडावर ओढून घेतली की, इकडे लगेच पाय उघडे पडतात.

ज्ञानेश्वर : १९ व्या वर्षी ज्ञानेश्वरी लिहिली.

एकनाथ : भागवतावरील टीका २५ व्या वर्षी लिहिली.

रामदास . १२ व्या वर्षी पुरश्चरणास आरभ केला.

शिवाजी : १९ व्या वर्षी तोरणा किल्ला मोगलाकडून हस्तगत केला.

अप्पय्या दीक्षित : १२ व्या वर्षी वेदाध्ययन सपविलें.

बाळाजी बाजीराव : २१ व्या वर्षी तुळाजी आग्याचा पराभव केला.

थोरले माधवराव : १९ व्या वर्षी राक्षसभुवन येथे निजामाचा पराभव केला.

बापू गोखले : १४ व्या वर्षी सावनूरकराचा पराभव करून कोरेगांव इनाम मिळविले.

राजा राममोहन रॉय . १६ व्या वर्षी इंग्रजी, बंगाली, अरबी, फारशी, सस्कृत शिकून मूर्तीपूजेविरुद्ध ग्रंथ लिहिला.

सर टी. माधवराव : १८ व्या वर्षी मद्रास कॉलेजात गणित व पदार्थ-विज्ञान याचे प्राध्यापक झाले.

बद्रुद्दीन तय्यबजी : १६ व्या वर्षी हिंदुस्थानी, फारशी, इंग्रजी शिकून विलायतेस गेले.

पंडित गट्टलालजी : ९ व्या वर्षी सस्कृत कविता करू लागले व १३ व्या वर्षी ' रुक्मिणी चपू ' हा ग्रंथ लिहिला.

रॅग्लर पराजपे . २३ व्या वर्षी सध्याच्या पुण्याच्या फर्ग्युसन कॉलेजचे प्रिन्सिपॉल म्हणून नेमण्यात आले.

कलेची प्रयोजने

(१) कलेसाठी कला..... Art for art's sake.

(२) जीवनासाठी कला..... Art for life's sake.

(३) जीवनाच्या वास्तविकतेतून सोडवणूक करून घेण्यासाठी कला...
Art as an escape from life.

(७) माणसाने आयुष्यांत २ वेळा सट्टा करू नये. ज्यावेळीं त्याला शक्य नसतें तेव्हां आणि ज्यावेळी त्याला शक्य असतें तेव्हां.

- (४) निरस व्यवहाराच्या कचाट्यातून मोकळे होऊन जीवनानंदात प्रवेश करण्याचे साधन म्हणून कला.....Art as an escape into life.
- (५) सेवेचे साधन म्हणून कला.....Art for service.
- (६) आत्मानुभूतिसाठी कला.....Art for self realisation.
- (७) निरतिशय आनंदासाठी कला.....Art for enjoyment.
- (८) करमणुकीसाठी कला.....Art for recreation.
- (९) अदम्य वृत्तीच्या तृप्तीसाठी कला..... Art as a creative necessity.

थोर लोकांना आपण काय म्हणतो ?

बापटसेनापति
वि. दा. सावरकरस्वातंत्र्यवीर
ज्योतिबा फुलेमहात्मा
गो. ह. देशमुखलोकहितवादी
बाळ गंगाधर टिळकलोकमान्य
माधवराव अणेलोकनायक
न. चि. केळकरसाहित्य-सम्राट
दादाभाई नौरोजीपितामह
वल्लभभाई पटेलसरदार
सुभाषचंद्र बोसनेताजी
मो. क. गांधीमहात्मा
धो. के. कर्वेमहर्षि
पुरुषोत्तमदास टंडनराजर्षि
अत्रे, भावे, लिमयेआचार्य
जवाहरलाल नेहरूपंडित

(८) आयत्या वाढलेल्या कुरणांत चरणं पशूला शोभतं ;
माणसाला नव्हे.

नवरसाची उदाहरणे

जं देवो रासक्रीडा खेळिल्ला । तं मूर्तं शृंगारू जाला । गौळणी विनोदे नाचविला तं हास्यरसूं । जसोदा भेडाविला । तं करुणरसूं । विखाळं काळिया जितिला । तं रुद्र जाला । माते श्रीमुख दाखविले । तं अद्भुतासी रूप जाले । विश्वरूपी प्रकटिले । तं भयानकु । दैत्यां करू सहाळूं । तं बिभत्सु आणि विरु । शांतु तो निरतरूं तेथेचि असे ॥

स्त्री कशी असते ?

बालपणात बाहुलीशी, मुग्धपणांत पित्याशी व भावाशी आणि तारुण्यात पाऊल टाकताना पतीशीं स्त्री खेळत असते. तिच्या या खेळकर स्वभावाने जगाला स्त्री हे खेळणेच आहे असा भाव होत असतो, पण स्त्री ही बाह्यतः लीलावती असली तरी अतर्यामी सेविका असते. जगाला खेळणे वाटणारे स्त्रीहृदय हे जगाला खेळविणारे मातृहृदय असतें. समुद्राच्या पृष्ठभागावरील लाटाचे नृत्य हे ज्याप्रमाणें त्याचे सौंदर्य नव्हे, एखाद्या सुंदर गीताप्रमाणें विश्व भरून टाकणारें चांदणे हें ज्याप्रमाणे आकाशाचें सर्वस्व नव्हे, त्याप्रमाणे स्वरूप अगर विभ्रम म्हणजे काही स्त्रीजीवीत नव्हे.

महाराष्ट्राचा अभिमान

मराठी-माऊलीच्या अभिमानानें आपली महाराष्ट्रीय मनें फुलून जातात. आमच्या मायबोलीच्या नसानसातून आज सहच- सातपुड्यातील कणखर दमदारपणा प्रतीत होतो. तिच्या श्वासोच्छ्वासांतून कृष्णा-गोदावरीचें पावित्र्य प्रतीत होते, तिच्या कर्तृत्वात शिवाजी-बाजीचे शौर्य विकसतें, चिपळूणकर-आगरकरांची विद्या स्फुरण पावू लागतें, तिच्या मस्तकांत महादजी-नानांची मुत्सद्देगिरी मोहर्ते, समर्थ-टिळकाची स्फूर्ति संचारते, तिच्या अतरंगांत ज्ञानोबा-तुकोबांचा भक्तिभाव उचंबळून येतो, डोळ्यांत बालकवीची कोमल कल्पना तरलते, तिच्या कंठात केशवसुत-कुसुमाग्रजांचा क्रातिहार चमकतो, तिच्या ओठावर कोल्हटकर-गडकऱ्याचे हासू उमलतें,

(९) दुसऱ्याला क्षमा करतां न येणं हाच एक अक्षम्य अपराध आहे.

अशी ही आमची मराठी मायबोली आता धीरगंभीर, सपन्न, सोदर्यवति व प्रौढा बनली आहे.

बें. फ्रॅंकलिनचा मृत्युलेख

जगद्विख्यात बेजामिन फ्रॅंकलिन याने आपल्या थडग्यावर कोरला जाणारा मजकूर स्वतःच लिहून ठेवला होता. “ एखाद्या जुनाट पुस्तकाची पाने फाटून जावीत, बाधणी खिळखिळी व्हावी, अक्षरे दिसेनाशी व्हावीत, तस जीर्ण-विदीर्ण होऊन, छपाईच काम करणाऱ्या बेजॅमिन फ्रॅंकलिनच शरीर या धुळीत पडल आहे कृमि, कीटकाचें ते अन्न बनलं आहे; पण इतकं झाल तरी, त्याची अशी दृढ निष्ठा आहे की, हा जुना ग्रंथ तसा सहजा-सहजी नष्ट होणार नाही. आज ना उद्या तो नव्या आणि अधिक सुंदर आवृत्तीच्या रूपाने पुन्हा प्रकट झाल्याशिवाय राहणार नाही. ही नवी आवृत्ति अधिक सुंदर तर असेलच, पण मागील आवृत्तीत राहिलेल्या चुकाही लेखकाना या खेपेला सुधारल्या असतील.”

कांही ध्येयवादी म्हणविणाऱ्या स्त्रिया

आपल्याकडील बहुतेक नामांकित स्त्रिया पुरूषी, कठीण अंतःकरणाच्या व सौजन्यशून्य आढळतात. ध्येयाचा पाठलाग करणारी स्त्री दुसऱ्या स्त्रियांशी सहानुभूति दाखवित नाही. स्त्रीजातीविषयी मुळातच तिला जिव्हाळा कमी वाटतो, पुरूषामध्ये आपला दर्जा कायम ठेवण्यासाठी तिची घडपड चालू असते; त्यामुळे तिच्याबद्दल नापसंती दाखविणाऱ्या पुरूषाशी तो वैर धरते, आणि पसंती दाखविणाऱ्याशी ती इतकी पाघळून जाते की, विचारून नका. अशा बाईंशी कोणीही शहाणा पुरूष लग्न करण्यास तयार होईल असे वाटत नाही; कारण ध्येयवादी स्त्रिया म्हणजे किलओपाट्टा आणि स्वातंत्र्यदेवीचा पुतळा याचे जणू मिश्रणच. भरोला किलओपाट्टाच्या छातीला बिलगलेला विषारी नाग आणि स्वातंत्र्यदेवीच्या हातातली पेटती मशाल. त्यापेक्षा पुरुषानी खुशाल आजन्म ब्रह्मचारीच रहावे. परंतु एरव्ही शहाणपण आणि विद्वत्ता मिरविणारे पुरूष या स्त्रियांच्या बाबतीत घसर-

(१०) काय आहे आणि काय असावं या दोहोतला फरक जाणणारा प्राणी म्हणजे माणूस.

तात आणि अशा " करियरवाल्या " बायाशी लग्न करून मागाहून मग पस्तावतात.

थोरांचे अंत्योद्गार

बुद्ध—सस्कार व्यवधर्मी आहे, सावधान !

शेक्सपियर—अधार दूर झाला !

गटे—मला एका नव्या मद्याचा मद चढला आहे.

म.गाधी—हरे राम !

टेनिसन—ठीक! येऊ द्या मृत्यु!

जॉन्सन—मी आता शांत आहे, स्तब्ध आहे.

कीट्स—मला असं वाटत की, माझ्या शरीरावर फुल उमलताहेत.

अरविद घोष—महामानव जन्मास येईपर्यंत माझा आत्मा तुमच्याभोवती घोटालत राहिल.

थॅकरे—खेळ खलास ! पुढे काय ?

ऑस्कर वाईल्ड—डॉक्टर, आणखी कांहीं क्षण मी जगणार नाही का ?

सुखदुःखाचे स्वरूप

(१) सुखदुःखे हीं आपल्या मानण्यावर अवलंबून आहेत.

(२) सुखदुःखाचा अनुक्रम मरेपर्यंत चालू असतो.

(३) सुखदुःखाचे प्रमाण कधीही सारखे असत नाही.

(४) दोघेही पुष्कळ वेळा ' भव्य ' रूप धारण करू शकतात व त्यामुळे मानवी जीवनावर परिणाम घडविणे त्यांना सहज शक्य असते.

(५) सुखदुःखे ही मानवामानवात भिन्न भिन्न असू शकतात; अर्थात सापेक्षवाद येथेही लागू पडतो.

(६) सुखदुःखाना स्वतःवर कुरघोडी करू न देणे हाच एक या द्विधातून सुटण्याचा मुख्य मार्ग आहे.

याला म्हणतात घर !

हास्याच्या गुलालात अश्रूच्या पाण्याने ज्याच्या भितीचा गिलावा केला जातो ते घर ! आईच्या हास्यावर, ताईच्या लोभावर, बापाच्या कर्तृत्वावर

• (११) फळ नसलेल्या झाडांना कोणी दगड मारीत नाही.

भावाच्या भावनेवर जे धडधाकट उभे राहते ते घर ! माणूस जन्म घेतो, वाललीलांनी फुलवितो व अखेरच्या प्रवासाला निघतांना पापण्याच्यांत आंसवाने जे बाधतो ते घर ! कन्या सासरी गेली की, दुपारच्या वेळीं खिडकीच्या कठड्यावर हात ठेऊन तिला जे आठवते ते घर ! जाळाने जाळू शकत नाही, सकटाने पाडू शकत नाही, स्वार्थाच्या विचाराने पोखरले जात नाही ते घर !

कादंबरी वाचनाचे हेतु

- (१) काहीसा मजेत वेळ घालविणे.
- (२) जीवनातील उणीवांची भरपाई करून अप्रत्यक्ष इच्छापूर्तीचें समाधान मिळविणे.
- (३) जगरहाटीचें ज्ञान मिळवून जीवनात लागणारी कुशलता प्राप्त करून घेणे.
- (४) अनुभूतीच्या प्रत्ययाने, सुसंस्करणानें तिची गाढता व विस्तार वाढवून जीवन अधिक अर्थपूर्ण करणे.
- (५) लेखकाच्या जीवनातील अनुभव आपल्या अनुभवांशी पडताळून पाहणे.

हल्लींची शिक्षणपद्धति

हल्लीच्या शिक्षणपद्धतीला कटाळून एका शिक्षकाने आपल्या शिक्षक-पदाचा राजीनामा देतांना राजिनाम्यात लिहिलें होते, " आजच्या शिक्षण-संस्थांमधील परिस्थिति इतकी चमत्कारिक झाली आहे की, शिक्षक मुख्या-ध्यापकांना भितात, मुख्याध्यापक सुपरिटेडेण्टला भितात, सुपरिटेडेण्ट स्कूल-बोर्डाला भितो, स्कूलबोर्डांमधील सभासद पालकांना भितात, पालकांना मुलाची भीति वाटते आणि विशेष गमत म्हणजे मुले कुणालाच भीत नाहीत.

(१२) जलबिंदु वेगळा झाला आणि स्वतःस समुद्र मानूं लागला तर तो वाळवंटासारखा शुष्क होईल, पण समुद्राचें अस्तित्त्व मानून जर समुद्रालाच मिळाला तर तो स्वतः समुद्र होऊन जाईल.

सभ्य लोक कोण ?

मनुष्याच्या आयुष्यातील अर्धा अधिक काळ दुसरे लोक आपल्याला फसवीत तर नाही ना, हे शोधण्यात जातो व उरलेला लोकाकडून फसले गेल्यास कसा बचाव करावा याचा विचार करण्यात जातो; त्यामुळे आपल्याला दुसऱ्यांना फसविण्याची संधीच मिळत नाही आणि त्यामुळे कित्येकदा आपण फुकटांतच 'सभ्य' म्हणून गणले जातो. या सभ्य लोकांनी पुढील इंग्रजी वाक्य नीट ध्यानात घरावे. " All men are gentlemen, unless they are proved to be otherwise. "

मराठी कवींचे कार्य

कै. तात्यासाहेब केळकर यानी मराठी कवींच्या काव्याबद्दल फारच रसात्मक वर्णन केले आहे. " ताव्यांच्या कवितेची सगुण मूर्ति कल्पिली तर मला ती कडेवर मूल घेतलेल्या प्रेमळ व प्रौढ तरुणीप्रमाणे दिसते. केशव-सुत याची कविता दाभणकाठीं पचा नेसलेल्या, कोरीव मिशाच्या सुदृढ शरीराच्या अस्सल चित्तपावन ब्राह्मणाप्रमाणे दिसते गिरीश याची कविता मला ब्राह्मण स्त्रीने मुद्दाम गुरविणीचा वेप घेतल्याप्रमाणे दिसते. चद्रशेखर याची कविता या कानापासून त्या कानापर्यंत आडवे गध लावलेल्या शास्त्र्याप्रमाणे वाटते. ठोबरे याची कविता झाडाच्या पल्लवात लपून किल-बील करणाऱ्या पक्षाप्रमाणे मनोरम वाटते माधव ज्युलियन् याची कविता वरीच वर्षे महाराष्ट्रात राहिलेला पठाण आपल्या बरोबरीच्या स्त्रीशी जसा बोलतो तशी वाटते. अत्रे याची कविता म्हणजे आपल्या शेजारी उभे राहून आपल्याला गुदगुल्या करून व्वचित् प्रसगी आपल्या डोळ्यातून पाणी काढावयास लावणाऱ्या अस्वलाप्रमाणे आहे " रे. टिळक याच्या काव्य-संग्रहाला प्रस्तावना लिहिनाना त्यांनी काही निवडक काव्यपंक्ति उद्धृत केल्या आहेत. आणखी उदाहरणाची जरूरी नाही हे सांगण्यासाठी ते लिहितात, " बाजारात गेल्यावर केवळ नमुन्यावारीच सर्व आवे सपू नयेत म्हणून आणखी उदाहरणाची जरूरी नाही "

(१३) आपल्याजवळ नसतांना देण्यासारखी एकच एक वस्तु या जगांत आहे आणि ती म्हणजे सुख.

मोह व धर्माचें कारण

जगात मोह पाडणारी अनेक प्रलोभने असतात. उपदेशक तरुणांना सांगतात की, प्रलोभनांना बळी पडू नका, आपले मन आवरून धरा. हा उपदेश सहस्रवेळां कानी पडूनही मनोनिग्रहाचें कार्य त्याचे हातून होत नाही, प्रलोभनात गुतणे घातक आहे, हे ज्ञान बुद्धीला झाले तरी वेळ येतांच तिचा बध तोडून मन चौखूर उधळते व प्रलोभनाच्या जाळघात अडकते. मनावर विजय मिळविण्यासाठी पद्धतशीर यत्न करावा लागतो. धर्मात आचाराला प्राधान्य पाहिजे ते याचसाठी. धर्म नुसता उपदेशपर नसून आधारयुक्त असतो. धर्मात नित्य आचार असे आहेत की, हळू हळू मन शुद्ध होऊन ते सदुपदेश ग्रहण करण्यास समर्थ व्हावे.

चित्रपट-परिक्षण

चित्रपट प्रदर्शित करण्यापूर्वी निवडक निमंत्रितांना तो दाखवायचा असतो व त्यांची मते घेऊन त्याप्रमाणें फेरबदल करायचा. चित्रपट पाहून झाल्यावर निमंत्रितांना ३ प्रश्न विचारायचे (१) चित्रपट फार मोठा आहे असे तुम्हाला वाटते का ? (२) त्यांत काही काटछाट करावी का ? (३) कुठला भाग कापून टाकावा ?

या तिसऱ्या प्रश्नाला एका निमंत्रितानें खालील उत्तर दिले—“ दिग्दर्शकाचा व प्रत्येक नटाचा गळा !”

कवि करदीकर याचें शब्दब्रह्म

पाहिजेत शब्द :

ओगळ ओवळे । सात्विक सोवळे
दुर्दम्य दणगट । चावट चेगट
प्रगाढ प्रकाशी । विरक्त स्वादिष्ट
पाहिजेत शब्द । गरोदर गर्विष्ट
मुसमुसणारे । धुसफुसणारे
फडफडणारे । तडफडणारे

(१४) हात चलाख असावेत; पण हातचलाखी असू नये,

कुजबुजणारे । कडकडणारे
 पाहिजेत शद्र । विश्वाला आवळणारे
 अणुला उचलणारे । रक्तात मिसळणारे
 गरोदर बाईला । लागतात डोहाळे ।
 सगुण शब्दांचे । पाहिजेत शब्द

आत्म-श्रेष्ठत्वाची भावना

प्रत्येक माणसाला काहीही करून इतरांचे लक्ष आपल्याकडे वेधून घेण्याची भास असते व त्या दिशेने त्याचा सतत प्रयत्न चालू असतो. प्रत्येक माणसास आपण जगात कोणीतरी विशेष आहोत असे पटविण्याची जबर-दस्त आकांक्षा असते व आपण इतरांहून श्रेष्ठ आहोत, हे सिद्ध करण्याचा माणसाचा अविरत प्रयत्न चालू असतो. आत्मश्रेष्ठत्वाची ही भावना प्रत्येक व्यक्तीच्या ठिकाणी मूलभूत असते. या भावनेच्या वाढीस पोषक अशीच आपली नेहमीची वागणूक असते. यावर आपण एवढेच लक्षात ठेवावे की, ही वागणूक स्वतःस व दुसऱ्यास जाचक ठरू नये.

आत्मिक उन्नति साधा

कायदे जितके जुलमी तितकी प्रजा दरिद्री, राज्यात अधिकारी जितके अधिक तितका गोधळही अधिक, लोक जितके हुषार नि कारागीर तितक्या कृत्रिम गोष्टी जास्त, कायदे जितके अधिक कडक, तितके चोर, दरोडे-खोराचे अस्तित्व अधिक, राज्य करायचे असेल तर सद्गर्तनी रहा, युद्ध करा-यचे असेल तर पंचपाच करा, सर्व जगतावर राज्य करायचे असेल तर आत्मिक उन्नति करा, तेवढा अंकुच उपाय आज प्रत्येकाच्या हातात आहे व प्रयत्न केला असता कोणतीही गोष्ट कठीण नाही.

संसारांतील काहीं अमूल्य सूचना

(१) परस्पराविषयी कधीही सशय न घेणे.

(१५) डोक्यावर कर्जाचा बोजा ठेवणारा पिता, व्यभिचार करणारी माता, उद्धट पत्नी व निरक्षर पुत्र हे सर्व शत्रूच मानले पाहिजेत.

(२) परस्पराना अप्रिय असणाऱ्या गोष्टी न करणे, न बोलणे व न दर्शविणे.

(३) परस्परांशी बोलताना अगदी कालच ओळख झाली आहे असे समजून ती ओळख आपल्याला दृढ करायची आहे अशा भावनेने बोलणे.

(४) एकमेकांना किळस येईल अशा गोष्टी कटाक्षाने टाळणे.

(५) एकमेकांच्या लहान सहान गुणाचे देखील कौतुक करायला न विसरणे व तसे करताना आपणास त्यात मनापासून आनंद वाटत आहे असे दाखविणे.

(६) एकमेकांच्या शक्यतो आवडीनिवडीप्रमाणे केशभूषा, वेशभूषा व रंगभूषा असावी.

(७) योग्य वेळी, योग्य ठिकाणी, योग्य शब्दात एकमेकावर स्तुतिसुमनांचा वर्पाव करावा, स्तुतीत तोडपूजेपणाचा वास मात्र नसावा.

(८) एकमेकांच्या वियोगात एकेक क्षण युगासारखा वाटावा; निदान तसे भासवावे.

म. गांधीची श्रद्धा

“मी तुम्हाला एक अगदी साधा आणि प्रयोगानी तावून सुलाखून निघालेला असा मत्र सागतो. रोज सकाळी सूर्योदयापूर्वी आणि रोज रात्री झोपण्यापूर्वी परमेश्वराने आपणावर कृपादृष्टि ठेवावी म्हणून त्याचें स्मरण करावे. अतिपाडित्यामुळे ज्याची श्रद्धा गारडलेली नसेल आणि ज्याची दृष्टि अधुक झालेली नसेल अशा वाचकाना मी रामनामाची भेट देत आहे. शिक्षणामुळे आत्म्या जीवनाचा पुष्कळ विकास होतो, परंतु सकटाच्या किंवा मोहाच्या वेळी मात्र ते आपणाला दगा देते. अशा वेळी फक्त श्रद्धाच तेवढी उपयोगी पडते. लहानपणापासून रामनाम मला परिचित आहे, आणि ह्या जीवन-सघर्षात त्याचा मला नेहमी आधार मिळत आलेला आहे; म्हणून मी रामनाम सुचविले इतकेच. जप करिताना दुसरे काही विचार येऊन मन विचलित झाले तरी जो श्रद्धापूरवक जप करीत

(१६) ज्यानी पर्वत हालविण्याचें महादुष्कर कर्म केले, त्यांनीं सुरुवातीला छोटे छोटे दगड वाहण्याचें काम केले होते.

राहतो तो अखेरीस विजयी होतो; असा माझा पूर्ण विश्वास आहे. हा मंत्र आपल्या जीवनाचा आधार बनतो आणि तो आपल्याला कोणत्याही संकटातून पार पाडतो. आपला ऐहिक फायदा करून घ्यावा असा उद्देश मात्र या पवित्र मंत्राच्या जपामागे असू नये. आपल्या वैयक्तिक शुचितेची काळजी घेणे यातच या मंत्राचें विशिष्ट सामर्थ्य असते. रामनामाच्या जपामुळे माणसाला एक आधार प्राप्त होतो, आणि आणीबाणीच्या प्रसंगी त्याचा तोल जात नाही. आपल्या भक्तांच्या बाबतीत परमेश्वर मुळीच भेदभाव बाळगीत नाही. पाप्यातल्या पाप्याची प्रार्थनाहः परमेश्वराच्या ठिकाणी रूजू होते हे मी स्वानुभवावरून सागत आहे”

चार प्रकारची माणसें

माणसाचे ४ प्रकार असतात असे भगवान गौतमबुद्ध म्हणत. एक तिमिरातून तिमिराकडेच जाणारा (एखादा मनुष्य नीच कुळात जन्मतो व व सारा जन्म दुष्कृत्ये करण्यातच घालवितो) दुसरा तिमिरातून ज्योतिकडे जाणारा (हा मनुष्य हीन कुळात जन्मतो आणि कायावाचामने सत्कर्म करीत राहतो) तिसरा ज्योतीतून तिमिराकडे जाणारा (एखादा मनुष्य उच्च कुळात जन्म घेतो; परंतु कायावाचामने नेहमीं दुराचरण करीत असतो) आणि चौथा प्रकार म्हणजे ज्योतीमधून ज्योतीत जाणाऱ्या माणसांचा. अशी माणसे उच्च कुलांत जन्मून कायावाचामने, सदासर्वकाळ सदाचरणाने वागत असतात व अशी माणसे खरोखर अतीशय धन्य होत.

शिक्षण म्हणजे काय ?

(१) शिक्षण म्हणजे नुसता आत्मविकास किंवा जीवनासाठी तयारी नव्हे, तर मानवामध्ये ज्या विशिष्ट सुप्त शक्ति आहेत त्याचा सर्वांगीण विकास म्हणजेच शिक्षण. (२) शिक्षण जीवनपयोगी पाहिजे; किंबहुना जीवनातील विविध अनुभवांचे आघात व प्रत्याघात म्हणजेच शिक्षण. (३)

(१७) विवाह म्हणजे एक मजेशीर वर्तुळ आहे की, जेथे आंतले लोक बाहेर येऊं इच्छितात आणि बाहेरचे लोक आंत जाऊं इच्छितात.

शिक्षणाच्या योगाने अर्थोत्पादनता येते, पण शिक्षणाचा तो एकमेव हेतु होऊ शकत नाही. (४) शिक्षणाचे योगाने मनुष्याची वृत्ति शांत, समाधानी व सहिष्णु बनते (५) शिक्षणाचे योगाने शरीर, मन व बुद्धि या तिन्हीचा विकास होऊन त्याचा समन्वय होतो. (६) शिक्षणामुळे विनय येतो व परधर्मसहिष्णुताही अंगी बाणण्यास मदत होते.

शंकराची मुक्तिचिन्हें

(१) सर्पालंकार...ऐश्वर्याचा त्याग व वाईटावर विजय.

(२) नरमुंडांची माळ...आपल्या सर्व अवयवात सर्वांत श्रेष्ठ शिर. शिर नष्ट करणें म्हणजे अहंकार नष्ट करणे, अहंकार नष्ट झाल्याशिवाय अध्यात्मिक प्रगति होऊ शकत नाही.

(३) डमरू...मृत्यूची सूचना. हा सतत वाजवत ठेवायचा म्हणजे संसारांत गढलेल्या माणसास मृत्यूच्या जाणीवेनेच जागृति प्राप्त होत असते, आणि त्यामुळ मृत्यूच्या आधीच देहाचे सार्थक करून घेतले पाहिजे.

(४) त्रिशूल...जगाच्या ३ स्थिति, म्हणजे उत्पत्ति, स्थिति व लय या होत. तिसऱ्या स्थितीची उपासना करायची, कारण सर्व गोष्टींचा शेवट तेथे आहे, व या तिन्ही अवस्थेतून सुटण्यास ' लयाची ' उपासना करणे आवश्यक आहे.

(५) चंद्रकोर...चंद्र म्हणजे मन, हे अत्यंत चंचल आहे. ज्याला मुक्ति साधायची असते त्याने प्रथम मन आवरले पाहिजे, तेव्हा शिवाच्या भाल-प्रदेशाची चंद्रकोर म्हणजे बुद्धीच्या योगाने साधायची मनाची एकाग्रता.

(६) गगामुख...हेही मनाचे गुह्यच दर्शविते. पाणी नेहमी खाली वाहत जाते, त्याप्रमाणे आपले मनही खालीच वाहत जाते. (म्हणजे मनात चांगले विचार येण्याऐवजी बरेच वेळा वाईट विचारच येत असतात). ही मनाची स्थिति बदलली नाही तर सुधारणा होणे शक्य नाही, तेव्हा चांगल्या विचारांच्या योगाने चंचल मनास आवरून अहंकारावर विजय मिळवा व मृत्यूच्या जाणिवेत राहून देहाचे सार्थक करून घ्या-हाच सदेश

(१८) दुर्भाग्यापेक्षा सद्भाग्य सहन करायलाच माणूस अधिक खंबीर असावा लागतो.

यशाची गृहकिल्ली

जे काय आपल्याला मनापासून आवडते आणि ज्या कामात आपले गुण आणि व्यक्तिमत्त्व प्रकट करण्यास वाव मिळतो अशाच क्षेत्रांत पदार्पण केल्यास शे. ९४ माणसांना घवघवीत यश मिळते. उच्च अधिकार प्राप्त होणाऱ्या व्यक्ति आपली व्यवसायक्षेत्रे बदलून असतात अर्थात हेहि यशाचें एक गमक आहे. अत्यंत धीमेपणा व चिकाटी हेच अत्यंत महत्त्वाचे गुण पबघवीत यशाला मुळापासून कारणीभूत असतात. आळस हेच अपयशाचें मूळ आहे असे अनेक अयशस्वी लोक कबूली देतात. ज्याचे घराणे उच्च व कुलीन आहे (श्रीमंत असलेच पाहिजे असे नव्हे), अशाच कुळातील स्त्री-पुरुष लवकर पुढें येतात. अनुवशिक योग्यताही कित्येक पुरुषांना यशस्वी होण्यास साहाय्यभूत होते. अधिक पैसा मिळाला की, अधिक सुखी होऊ ही माणसाची कल्पना वरीचशी खोटी आहे. आपल्या दैनिक गरजा व्यवस्थित भागविण्याइतका पैसा मिळविणारे लोक विशेष सुखी आढळतात. जे नोकर कुरकुर करतात अगर वरिष्ठाशी हुज्जत घालतात तेच पुढें यशस्वी होतात असें आढळून आले आहे; कारण त्यांच्या विकासासाठीच ते सतत धडपडत असतात. आयुष्यात यशस्वी झालेले लोक अधिक जगतात व अशा व्यक्ति अपयशी लोकापेक्षा अधिक अध्यात्मिक-वृत्तीच्या असतात असें पुष्कळ वेळां आढळून आले आहे.

प्रयत्न, प्रयत्न, सतत प्रयत्न

इलनायस शहरात एक उत्साही तरुण निवडणुकीसाठी उभा राहिला, त्यात तो सपशेल पडला. नंतर तो धद्यात शिरला, पण त्याच्या पदरीं निराशा येऊन त्याच्या उराशी जे अवाढव्य कर्ज झाले ते निवारण्यांत त्याची पुढील १७ वर्षे गेली, नंतर एका सुंदर स्त्रीच्या तो प्रेमात पडला; पण लग्न ठरायच्या आंतच ती वारली; मग काँग्रेसच्या तिकिटावर निवडणुकीसाठी तो पुन्हा उभा राहिला, त्यात सुद्धा त्याने पुन्हा आपटी खाल्ली;

(१९) लोहचुबकाप्रमाणे अहकार फक्त एकच दिशा नेहमीं दाखवितो; ती म्हणजे स्वतःची. परंतु चुबकाप्रमाणे तो आकर्षण करीत नाही तर आपणापासून तो दूर वोटतो.

नतर जमीनमहसूल खात्यात त्याने नोकरीसाठी प्रयत्न केला; परंतु वजन खर्च करूनही ती जागा त्याला मिळाली नाही, तरी सुद्धा न डगमगतां अमेरिकेच्या व्हाईस प्रेसिडेंटच्या जागेसाठी तो उभा राहिला, तेथेही अपयशच त्याच्या पदरांत आले, पुन्हा एकदां त्याच जागेसाठी दोन वर्षांनी उभें राहून त्याने आपटी खाल्ली, या सर्व अपयशानी निरुत्साही न होता “प्रयत्न केल्यास पुन्हा केव्हा तरी यश मिळवीनच” या विचाराने पुन्हां तो निवडणुकीस उभा राहिला, व खूप खटपट करून तो निवडूनही आला, तो माणूस म्हणजे सुप्रसिद्ध ‘अब्राहम लिंकन’ हा होय. प्रयत्न, प्रयत्न, सतत प्रयत्न करा, हाच त्याचा संदेश.

उच्च परीक्षांचा अभ्यास कसा करावा ?

काही काही उच्च परीक्षांचे विषय पुष्कळ असतात व प्रत्येक विषयाची पुस्तकेही पुष्कळ असून एकेका पुस्तकाची पाच पाचशे पाने वाचायची असतात. एवढे सगळे वाचण्यास वेळ तरी कुठला असतो ! अशावेळी आचार्य अत्रे याची अभ्यास करण्याची खाली दिलेली रीत अगदी अनुकरणीय वाटते. प्रत्येक विषयाची सगळी पुस्तके संपूर्ण वाचण्याच्या भानगडीतच पहायचे नाही. त्यातील एकच उत्कृष्ट पुस्तक निवडायचे आणि त्यातील महत्त्वाचे मुद्दे शोधून काढून प्रत्येक मुद्यावर त्या ग्रंथकाराचे किमान विचार काय आहेत, तेवढेच टिपून ठेवायचे. केवढाही महत्त्वाचा मुद्दा घेतला तरी अगदी मूलभूत असे दोन चारच विचार असतात. मग त्या विषयावरच्या इतर सर्व पुस्तकांचा फक्त सूचीवरून अभ्यास करायचा. उदा० अमुक एका मुद्यावर हा ग्रंथकार काय म्हणतोय किंवा तो ग्रंथकार काय सागतोय हे त्याच्या त्याच्या ग्रंथाच्या सूचीवरून पाहायचे त्यात एखादा नवीन विचार आढळला तरच तो आपल्या मूळ टाचणात नोंदून ठेवायचा. अशारीतीने ग्रंथ संपूर्णपणे न वाचताही त्याच्यातले नेमके सार आपल्या पदरात पडते. कोणत्याही विषयावरचे आपले टाचण एकदा पक्कें झाले की, मग पुन्हा पुस्तकाच्या सर्व डोंगराची चढउतार करण्याची जरूरी

(२०) पापी माणसे तोडाची बळकट असतात पण अतःकरणाची दुबळी असतात.

नाही. अशारीतीनें अभ्यास केल्यास त्या विषयाच्या स्वरूपाची नेमकी ओळख होऊन जाड्या जाड्या पुस्तकाची भीति वाटत नाही.

संभाषणाचे काहीं नियम

- (१) स्वतःच एकसारखं बोलत राहून दुसऱ्याला एकसारख ऐकवू नका.
- (२) दुसऱ्यांच्या मताचा आदर करा.
- (३) मेजवानीसारख्या प्रसंगी ओळखी करून देताना चातुर्य दाखवा.
- (४) निष्कपटपणानं स्पष्ट बोला व तसं बोलणाऱ्याच स्वागत करा.
- (५) दुसऱ्यान केलेल्या विनोदाला हासून प्रोत्साहन द्या.
- (६) धदा चालावासा वाटत असेल तर फटकळ कोट्या करूं नका, व गिऱ्हाईकांचा मान ठेवा.

(७) कौटुंबिक जीवनांत लहानथोरामधे मनमोकळ्या संभाषणाचं वारं खेळवा.

- (८) बहुश्रुत व्हा; पण खालील धोके टाळा :
 - (अ) ऊठ सूट कोट्या करूं नका.
 - (ब) आपल्या ज्ञानाची शेखी मिरवू नका.
 - (क) अर्धी कच्ची मते ज्याला त्याला सांगण्याचा मोह आवरा.
 - (ड) काही तरी पाठ केलेलें वेळी अवेळी बडबडू नका.
 - (इ) जिवलग मित्राशीं संभाषण करताना 'विसरा व क्षमा करा'
- (Forget and Forgive) हे तत्त्व ध्यानांत ठेवा.

- (९) कुठल्याही माणसाची त्याच्या गैरहजेरीत टिगल करू नका.
- (१०) स्वतःच्या ससारातील कटकटीबद्दल जेव्हा तेव्हा बोलू नका.
- (११) एखादा छंद लाऊन घ्या व त्याचा विकास होईल अशी चर्चा करा.

- (१२) दुसऱ्याची ऐकण्याची च्छा नसतांना बोलत राहूं नका.
- (१३) दुसऱ्याची बोलण्याची इच्छा नसताना त्याला बोलायला भाग पाडू नका.

(२१) माणसाला गरिबीचें दुःख वाटत नाही, तर गरिबी जगापुढें उघडी पडल्याचें दुःख वाटतें.

लो. टिळकांच्या दुःखविषयक कल्पना

अरे दुःख म्हणजे काय ? “ प्रतिकूल सवेदनोत्पादकं दुःखम् ” असे म्हणतात, पण ज्याने अभ्यासाने व विवेकाने मुळांत निःसवेदित्वच प्राप्त करून घेतले तेथे मग आता दुःख कसले ? दुःखाचे बीजच जर उपटले तर तेथे अकूर फुटणार कसा ? अपेक्षा, आसक्ति, कर्तव्यच्युति यात दुःख आहे. मी मन निर्विकार करून त्याला सपूर्ण विश्रांति देतो. मन जितके अधिक काल त्या स्थितीत राहिल, तितकी अधिक शांति व प्रसन्नता मनास प्राप्त होते. कारण, हा एक प्रकारचा योगच आहे, आणि त्यास मुख्यतः एकाग्र चित्तत्वाची अत्यंत जरूरी आहे. तुम्हाला (जगन्नाथ महाराजाना सागताना) आश्चर्य वाटेल की, मला गेल्या २० वर्षांत स्वप्न म्हणून कधी पडलेले आठवत नाही. मडालेस तुरुगात असताना सतत एकसारखे कित्येक दिवस मी मन निर्विकार ठेवण्याचा अभ्यास वाढविल्याने भगवद्गीतेत सांगितल्या-प्रमाणे मनुष्य सुखदुःखातीत कसा असू शकतो याची मला कल्पना यते. तुमच्यासारख्या तरुणानी रोज प्रातःकाळी स्नानोत्तर गायत्री-जपाच्या साधनाने चित्त एकाग्र करण्याचा अभ्यास केल्यास सुईच्या अग्राप्रमाणे तुमची बुद्धि सर्वभेदक होईल, इतकेच नव्हे तर विशेष अभ्यासाने पुढे ती आत्मसाक्षात्कारीही होईल, नाहीतर तीच बुद्धि कुचलीप्रमाणे होते. रोज २ तास मन विचाराखेरीज निर्विकार ठेवल्याशिवाय मला चैनच पडत नाही. पण तेवढ्या २ तासांनी देहास व मनास विश्रांति मिळून पुढील सर्व व्यवहारात एक प्रकारचा दुर्दम्य उत्साह अगात संचारल्याचा भास मला होत असतो.

लहान मुलांशी कसे वागावे ?

- (१) लहान मुलाच्या प्रश्नांना कटाळू नका.
- (२) लहान मुलास अंवेढ्या तेवढ्या कारणावरून खोटे बोलण्यास कधीही सांगू नका.
- (३) खोटी वचने देऊन मुलाना फसवू नका.
- (४) रागाच्या भरात केलेल्या चुकीचे समर्थन करू नका.

(२२) विचार थकले की, विकार भडकतात.

- (५) लहान मुलाना भीतिपर व्याख्याने ऐकवू नका.
 (६) लहान मुलाना टोचून बोलू नका; किंवा उपहासानें हासू नका.
 (७) पडलेल्या मुलाला फार सहानुभूति दाखवू नका.
 (८) इनरापुढे लहान मुलांची प्रौढी मिरवू नका किंवा त्याची निंदाही करू नका.

(९) लहान मुलाना आपल्याबरोबर फिरावयास नेऊं नका, तुम्हीच त्याच्याबरोबर फिरायला जा

- (१०) लहान मुलाना वरचेवर कुरवाळू नका
 (११) लहान मुलाच्या खेळात एकाएकी अडथळा करू नका.
 (१२) मुलांच्या समोर त्याच्याविषयी चर्चा करू नका
 (१३) नुसतो “ही गोष्ट करूं नको” असे म्हणू नका, तर त्या ऐवजीं “कोणती गोष्ट त्याने करावी” हेही त्याचवेळीं सागत जा.
 (१४) लहान मुलाकडे आत्मोपम्याने पाहू नका.
 (१५) मुलानाही भावना असतात हे कदापिही विसरू नका

लक्ष्मी कृपणाजवळ कां रहाते ?

कृपणाजवळ मी का राहते याचे उत्तर चंचल समजली जाणारी लक्ष्मी मोठ्या कल्पना-विलासतेने देते : “शूराजवळ मी राहिले तर त्याच्या मृत्यू-नंतर मला वैधव्य प्राप्त होईल. उदार लोकाच्या जवळ राहाण्याची मला लाज वाटते, कारण आपल्या गुणाच्या जोरावर ते माझेही दान करण्यास कमी करायचे नाहीत. विद्वान् लोकाच्या जवळ आधीच सरस्वति रहात असल्याने त्याच्याजवळ रहायचे झाल्यास सवत म्हणूनच मला राहवे लागेल; म्हणून शेवटी मी कृपणाच्याच आश्रयाला आले.”

निवृत्तिनाथांची काव्यरचना

ज्ञानेश्वराचे थोरले बंधु निवृत्तिनाथ याची काव्यरचना थोडीशीच असली तरी अतिशय मधुर व अतःकरण हेलावून सोडणारी आहे. ज्ञानेश्वरानीं

(२३) जो जग जाणतो तो विद्वान्, जो स्वतःला जाणतो तो ज्ञानी, जो इतरांना जिकतो तो नेता आणि जो स्वतःला जिकतो तो अजिक्य.

ऐन तारुण्यांत आळदी येथे समाधी घेतली आणि थोडेच दिवसांनीं सोपान-देवांनीही सासवड येथे समाधी घेतली; त्यामुळे त्याच्यावर दुखाचा डोंगरच कोसळला, त्यांतच आपल्या मूळ आपेगांव या गांवीं परत येत असतां वाटेत वीज पडून मुक्ताबाईही नाहीशी झाली. मग मात्र निवृत्ति नाथाना अगदीं वेड्यासारखे झाले. आपण सर्वांत वडील; पण ही घाकटी भावडे बघतां बघतां डोळ्यासमोरून नाहीशी झाली, देवाने हे उफराटे कसे केले ! ते म्हणतात—“ ज्येष्ठाच्या आधी कनिष्ठाने जाणे । केले नारायणे उफराटे ॥ उफराटे फार वाटे माझे मनीं । वळचणीचें पाणी आढ्या गेलें ॥”

स्नानानें पापक्षालन होतें काय ?

“ गंगेत स्नान केल्याने पाप फिटते काय ?” असे एकाने श्रीरामकृष्ण परमहंस याना विचारले होते; त्यावर ते म्हणतात—“ होय, तें खरे आहे. गंगेच्या पाण्यात उतरण्यापूर्वीच पाप माणसाच्या अगातून बाहेर पडून कांठावर वाट पाहात उभे असते, आणि माणूस स्नान करून आला की, लगेच न्याच्यावर झडप घालून त्याच्याजवळ पूर्वीसारखेच मजने राहू लागते. ”

“ पापक्षालनाचे एवढे सोपे साधन माणसाजवळ असल्यावर मग वाटेल तितकी पापे आचरायला त्याला मोकळीकच मिळाली म्हणायची.”

अष्टविनायकांची स्थाने

स्वस्ति श्री गणनायक गजमुखं
मोरेस्वरं सिद्धिदम ।
वल्लाळ मुरुड विनायक मठं
चित्तार्मणि थेवरम् ।
लेण्याद्रि गिरिजात्मकं सुवरद
विघ्नेश्वरं ओझरम् ।
ग्रामे राजणसस्थितो गणपति
कुर्यात् सदा मंगलम् ॥

(२४) मनांतले विचार उघडे करण्यापेक्षा ते लपविण्या-साठीच मनुष्य भाषेचा अधिक उपयोग करितो.

(१) श्रीमयुरेश्वर (मोरेश्वर) :-सदर्न रेल्वेवर जेजुरीपासून ५ कोसां-
वर कऱ्हा नदीचें काठी मोरगाव येथे.

(२) श्रीसिद्धीविनायक:-मध्य रेल्वेच्या डिकसळ स्टेशनजवळ भीमेच्या
कांठी सिद्धटेक या गांवीं.

(३) श्रीबल्लाळेश्वर:-कुलाबा जिल्ह्यांत नागोठण्यापासून ७ मैलांवर
पाली या गांवी.

(४) श्रीवरदविनायक:-मध्य रेल्वेच्या कर्जत-खोपोली लाईनच्या डोल-
वली स्टेशनापासून २ मैलांवर महठ या गांवी.

(५) श्रीचिंतामणि:-मध्य रेल्वेच्या लोणी स्टेशनापासून ३ मैलावर
मुळामुठा नदीच्या कांठी थेऊर या गावी.

(६) श्रीगिरिजात्मक:-मध्य रेल्वेच्या तळेगांव स्टेशनापासून ५० मैलां-
वर जुन्नर जवळ लेण्याद्रि नामक ठिकाणीं डोगरांत आहे.

(७) श्रीविघ्नेश्वर:- पुणे जिल्ह्यांतील खेड तालुक्यात खेड गावापासून
४, ५ कोसावर ओझर या गावी.

(८) श्रीगणपति:- मध्य रेल्वेच्या उरळी स्टेशनापासून ४-५ कोसा-
वर घोडनदीच्या रस्त्यावर रांजणगाव येथे.

या शिवाय पुळ्याचें (रस्तागिरी जिल्ह्यांतील) गणपतिचे देवस्थानही
फार प्रख्यात आहे.

शरदऋतूचें वर्णन

शरदऋतूत सगळ्या चराचरात नवचैतन्य सचारत असतें हे खाली
दिलेल्या संस्कृत श्लोकात फार उत्तम रीतीने सांगितलें आहे :

चंद्रायते शुक्लरुचापि हसो। हसायते चारुगतेन कान्ता ॥ कान्तायते स्पर्श
सुखेन वारि । वारीयते स्वच्छतया विहायः ॥ हंस शुभ्र कांतिने चद्रासारखा
वाटतो, कांता डौलदार गतीने हंसासारखी वाटते, स्पर्शसुखानें जलधारा
कातेसारखी वाटते आणि स्वच्छतेमुळे आकाश जणू पाण्यासारखेंच वाटतें.
(मराठीतील वर्णन : शेता शेतातून डोलणारी पिवळी लक्ष्मी, सरोवरांतून

(२५) अत्यंत सद्गुणी मनुष्य स्वतःच्या आणि अत्यंत दुर्गुणी
मनुष्य दुसऱ्यांच्या दुःखाला कारण होतो.

खुलणारा कमळाचा घवळा रग आणि आकाशातून किलबिलाटाने क्षेम कुशल विचारणारे पक्षी या सगळ्यांनाच एक प्रकारचा नाविन्यपणा प्राप्त झालेला असतो. पिवळे ऊन, निळे आकाश, हिरवी शेते व रगोबेरगी पक्षी शरदऋतूचे सांदर्य अतिशय वाढवितात)

नाही म्हणण्यांत जबाबदारी असते

कोणतीही गोष्ट ' नाही ' म्हणण्यात एक विशेष जबाबदारी असते हे लक्षात ठेवले पाहिजे. ' आहे ' म्हणण्यापेक्षा ' नाही ' म्हणण्यात मनुष्याला जास्त जागरूक राहवे लागते. "पुण्यात हिरव्या चाफ्याची फुले आहेत," असे म्हणणाऱ्याने पुण्यातील एखाद्या बागेत हिरव्या चाफ्याच्या झाडावर २ फुले पाहिली असली तरी ते म्हणण्यास पुरे होईल; पण "पुण्यात हिरव्या चाफ्याची फुले नाहीत " असे म्हणायचे असल्यास त्या मनुष्याला सर्व पुणे-शहरातील बागा धुडाळाव्या लागतील, तरच त्याचे हे विधान उचित होऊ शकेल; साहजिकच असे म्हणण्यात त्याच्यावरची जबाबदारी पुष्कळच वाढते.

संस्कृत कवीची बुद्धिमत्ता

(१)

व्याकरणातील समासाचा उपयोग करून एक कवि म्हणतो, " द्वन्द्वां द्विगुरपि चाह, मदंगेहे नित्यमव्ययोभाव. । तत्पुरुष कर्म धारय, येनाह स्या बहुव्रीहि ॥" हे राजन् मी द्वन्द्व (सपत्निक) आहे. द्विगु आहे (माझ्याजवळ २ गाई आहेत), माझ्या घरात नित्य 'अव्ययीभाव' आहे (व्यय करण्यासाठी मजजवळ काहींच नाही), तर हे पुरुषा तू असे काम कर को, त्यामुळे मी ' बहुव्रीहि ' (धान्याने समृद्ध) होईन.

(२)

शब्दाचे श्लेष साधून राजा आणि आपण या दोघांची परिस्थिति कशी सारखी आहे हे खाली दाखविले आहे.

(२६) पवित्र होण्यासाठी जाळून घ्यावे लागते व अकुरीत होण्यासाठी गाडून घ्यावे लागते.

“पृथुकार्तस्वरपात्रं भूषितनि शेषपरिजन देव । विलसत्करेणुगहनं संप्रतिसममावयाः सदनम् ॥” हे राजन्, आजकाल आपली दोघांची घरे एकसारखी आहेत. तुझे घर ‘पृथुकार्तस्वरपात्र, (पृथु-विशाल, कार्तस्वर-सोन्याचे पात्र) आहे आणि माझेही घर (पृथक्-मुलाच्या, आर्तस्वर-रडा रडीचे, पात्र..धाम) आहे. तुझ घर ‘भुषित नि शेष परिजन’ (निः शेष परिजन-प्रत्येक नोकरचाकर, भुषित-भूषणे ल्यायलेला) आहे, आणि माझ्या घरांतही (निः शेष परिजन-घरातला प्रत्येक जण, भू+उपित-जमिनीवर लोळत असतो) माझ्या घरात अथरायला काहीच नाही तुझ घर विलसत्करेणुगहन (विलसत्करेणु-शोभिवत हत्तीणीनी, गहन-भरलेले) आहे, आणि माझे घरही विलसत्करेणुगहन (विल+सत्क+रेणु-उदरा-सारख्या प्राण्याने उकरलेल्या धुळीने गहन-भरलेले) आहे, अशा रीतीने हे राजन् आता आपली दोघाची घरे सारखीच आहेत, असे म्हटलें पाहिजे.

मृतापासून आलेले सस्कार

- (१) दिवा दक्षिणेकडे तोंड करून ठेऊं नये.
- (२) निजताना दक्षिणेकडे पाय करून निजू नये
- (३) माणूस घरातून बाहेर पडल्यावर लगेच केर काढू नये
- (४) जेवताना नमस्कार करूं नये.
- (५) हेल काढून रडू नये.
- (६) उलटी प्रदक्षिणा घालू नये.
- (७) समारंभास जाताना टोपी घालून जावे.

वरील सर्व सस्कार माणूस मृत झाल्यावर करायच्या सस्कारातून उगम पावलेले आहेत. माणूस मेल्यावर त्याला दक्षिणेकडे पाय करून ठेवतात. मेलेल्याच्या ठिकाणी दिवा दक्षिणेकडे तोंड करून ठेवतात, प्रेत घराबाहेर नेल्यावर ती जागा स्वच्छ सारवून, धुऊन काढतात. मृत झालेल्याच्या १३ व्या दिवशी ब्राह्मण जेवत असता त्यांना आपण नमस्कार करतो, मेलेल्यास

(२७) जगांत दुसऱ्याला हंसण्याइतकें सोपे आणि दुसऱ्या-साठी रडण्याइतकें कठीण काम नाही.

नेतांना डोक्यावर काहीं घालीत नाहीत, तसेच मेल्यावर बायका हेल काढून रडतात, वरील गोष्टी इतर वेळी करायच्या नसतात.

स्त्रीविषयी पुरुषानें वसविलेले आडाखे

(१) "तू फार सुंदर आहेस" असे एखाद्या स्त्रीला सांगण्याचा अवकाश की, ती मूर्खासारखी वागू लागलीच म्हणून समजावी.

(२) ज्या पुरुषाला एक स्त्री ताव्यांत ठेवतां येते, तो एखाद्या देशाचा राज्यकारभार सहज चालवील.

(३) सुंदर वस्त्रालंकारानी नटलेली स्त्री म्हणजे पुरुषाच्या सौजन्याची जाहिरातच.

(४) प्रेमात सांपडल्या कीं, साऱ्या बायका इथून तिथून सारख्याच.

(५) स्त्रीची अब्रु म्हणजे केवळ पुरुषाच्या मताचा प्रश्न.

(६) स्त्री नको म्हणते ते तिच्या सद्गुणामुळे नव्हे, तर पुष्कळदा अनुभवामुळे.

(७) स्त्री कितीही गंभीर आणि सात्विक असो ती प्रेमात पडली कीं, कशी लाज सोडते ते पहा.

(८) ज्याच्याबद्दल स्त्री कधी बोलणार नाही असं एकच गुपीत तिच्या-जवळ असतं आणि तें म्हणजे तिच वय.

(९) स्त्री चारित्र्याने कितीही शुद्ध असो, तिच्या शीलापेक्षा रूपाचीच तारीफ केली तर तिला ती अधिक हवी असते.

(१०) स्त्रीला जे सागावं त्यापेक्षां तिच्या मनाला जे वाटत असतं तेच ती खर मानते.

(११) स्त्रीची वाक्युद्धांतील प्रभावीं हत्यारें दोनच, एक आसव आणि दुसरं चुबन.

(१२) साड्या आणि मन दोन्ही वरचेवर बदलण्याची तिला भारी हौस असते.

(१३) बायका आरशापुढे उभ्या राहिल्या की, पुरुषांबद्दल विचार करीत असतात.

(२८) दिवसाचा सदुपयोग करणें हीच खरी ईश्वरोपासना आत्रे.

(१४) पुरुषाला स्त्री हवी असते तर स्त्रीला कुणातरी पुरुषाला आपण हव्या आहोत या जाणीवेचे सुख हवे असते.

(१५) एखाद्या छचोर स्त्रीच लक्ष आपल्यावर वेधाव अशी पुरुषाची इच्छा असेल तर तिच्याकडे मुळीच लक्ष न देण हाच खरा उपाय आहे.

(१६) प्रेमाचा विषय निघाला की, “ऊः” म्हणून हंसण्यावारी नेणारी स्त्री आणि मनातील भीति घालविण्यासाठी शीळ घालणार पोर यात कितीस अंतर आहे ?

(१७) स्त्री गोड गोड बोलू लागली की, आपला दास्य-काळ जवळ आला अस पुरुषानं निश्चित समजाव

(१८) लग्न होण्यापूर्वी बायकाना फक्त नवरा हवा असतो आणि लग्न होऊन तो मिळाला की, मग त्याना बाकीच्या सर्व गोष्टी हव्याशा वाटू लागतात.

(१९) बायकाच्या सहवासात पुरुषाची नीति बिघडते, पण चालरीत सुधारते असा पुष्कळांचा अनुभव आहे.

(२०) लग्नाच्या वरातीत स्त्रिया नटून मुरडून चाललेल्या दिसतात; तर पुरुष लाजत, किचित् तोड चुकवीत चालत असतात

(२१) एखादा मुलगा रेतीत खेळत असला तर रेती इतस्ततः फेकून देऊन बोगदे करायला लागतो, तर मुलगी रेती एकत्र जमवून घर किवा कोट करते व मघे ती मग मजेत बसून राहते.

(२२) जेव्हा स्त्री २० वर्षांची असते तेव्हां पतीने केलेल्या थोड्याशा स्तुतीने देखील ती हुरळून जाते; ती ३० च्या आसपास असते तेव्हां आपला पति खूपच हुशार नि शहाणा आहे असे तिला वाटत असतें; पण जेव्हा ती ४० वर्षांची होते तेव्हां आपल्या पतीला काय पाहिजे आहे हेच तिचा कळत नाही, तिची बुद्धी जरा कुठीत होते.

(२३) केवळ शिक्षणाने अगर सस्काराने ‘स्त्री’ ही ‘स्त्री’ बनत नाही, तर जन्मतःच ती ‘स्त्रीत्वाचे’ सर्व गुण घेऊन जीवनास सुरुवात करते.

(२९) पन्नास वेळां भस्म लावले व दोनशे वेळां अंग धुतले तरी मनाचे मळ जातील काय ?

जीभ ! काय अजब रचना !

जीभेची रचना इतकी कौशल्यपूर्ण आहे की, जीभेला वाटेल तो आकार सहज धारण करता येतो आपण गिळतो तेव्हा जीभेला वरच्या बाजूस एक कुबड येते आणि त्यामुळे घास घशात ढकलला जातो. जीभेच्या या क्रियेने घांसातील वासही नाकाच्या पाठीमागल्या भागात पसरविले जातात, व आपल्याला खाद्यपदार्थांचा स्वाद कळतो जीभेवर पुष्कळशा पिटिका (उचवटे) असून या पिटिकाच्या उतरणोवर रुचिकलिका (Taste buds) असतात. एका पिटिकेवर २४५ रुचिकलिका असतात. या पट्टे असलेल्या कर्लिंगडाप्रमाणे दिसतात. अर्भकाच्या बाबतीत या कलिका जीभेच्या टोकाशी ओंठाभोवती व गालांच्या आतील भागात असतात. तरुण वयात जीभेच्या टोकावर, थोड्या घशाच्या वरच्या बाजूस व गालातील आतील बाजूस असतात. तरुण वयात ९००० रुचि-कलिकाची संख्या, म्हातारपणी ३००० पर्यंत कमी होते. म्हातारपणी जेवणाची चव जाते याचे हे कारण होय. जीभेच्या टोकावरील कलिका गोड रसाची मुख्यतः रुची घेतात. मागील भागावरच्या रेपा कडु रसाची, तर दोन्ही कडाना असणाऱ्या कलिका आबट रसाची रुचि घेतात. खारट रस चाखणाऱ्या कलिका सर्वत्र जीभेवर पसरलेल्या असतात. जीभेने घेतलेली चव कळते मात्र मेदूला, या कलिकाकडून मेदूकडे हजारो विज्ञेचे सदेश जातात, व त्या सदेशावरून कुठली चव आहे हे मेदु ठरवितो. जीभ जर बधीर केली तर प्रथम कडू रसाची चव जाते, व

(३०) जो जो जयाचा घेतला गुण । तो तो म्या गुरु केला जाण ॥

नंतर अनुक्रमे गोड, खारट व शेवटी आंबट रसाची चव जाते. मेंदूस दुखा-पत झाल्यास माणसाला पदार्थांचे स्वाद कळत नाहीत.

उन्हाळ्यांत घामोळें कां येतें ?

उन्हाळ्यात अगावर उठणारीं गळवे बहुशः घामोळ्यामुळेच येतात. आपल्या त्वचेचा बाह्य भाग हा अतिसूक्ष्म खवल्याचा असतो. घर्म-ग्रंथीच्या नलिकाचीं मूळेही या थरातच असतात. घामामुळे खवले फुगतात व या घर्मग्रंथींच्या नलिकांची मुळे बंद होऊन खाज उत्पन्न होते. खाजवल्यामुळे जंतू घर्मग्रंथीत शिरकाव करतात; व त्यामुळें केसतुडे अथवा गळवें होतात. घामोळे झाल्यास फार पाणी पिऊं नये, गरम चहा वर्ज करावा. समुद्रस्नान करू नये, कमी अल्कली असलेला सावण वापरावा. झोपतांना गादीवर चटई आथरुन हातपाय पसरून झोपावे. घामोळें होऊं नये म्हणून लिंबाचा रस अगाला लावावा. बोरिक पावडर, झिक ऑक्साईड व स्टार्च समप्रमाणात घेऊन त्यांचे मिश्रण अंधोळीनंतर आंग चागले कोरडे करून घामोळ्यावर व काखा-जाघेत लावावें. बदामाचे व लॅनोलिन याचे मिश्रण घामोळे होऊं न देण्याच्या बाबतीत उपयुक्त ठरले आहे. साधारणें लठ्ठ माणसास थोड्या श्रमातही जास्त घाम येतो, त्यामुळे घामोळें येण्याचा संभवही लठ्ठ माणसात अधिक असतो.

शरीराचे रासायनिक पृथःकरण

१५४ पौंड मनुष्याच्या देहाचे रासायनिक पृथःकरण केल्यावर खालील गोष्टी आढळल्या :

	पौंड	औंस	ग्रॅम
ऑक्सीजन.....	१११	— ०	— ०
हॅड्रोजन.....	१५	— ०	— ०
कार्बन.....	२०	— ०	— ०
नैट्रोजन.....	३	— ०	— ०
फॉस्फरस.....	२	— ७	— १०

(३१) मनुष्य जेवढा क्षुद्र असेल तेवढा त्याचा अहकार मोठा असतो.

	पौड	औंस	ग्रॅम
सल्फर.....	१	-- ०	— १०
कॅल्शियम	२	— ०	— ०
क्लोरीन.....	१	— १३	-- १०
सोडियम.....	०	— ११	-- ८
आयर्न.....	०	-- ८	-- ४
पोटॅशियम.....	१	-- ४	-- ०
मॅग्नेशियम.....	०	— १	-- ०
मिलिका.....	०	— ०	-- २

वरील मूल घटकाचे आपापसात इतके मीलन होते की, त्यामुळे शेंकडो नवीन नवीन रस, द्रावणें शरीरांत सारखी तयार होत असतात, व त्याचा सतत उपयोग होत असतो.

काळज्या किती प्रकारच्या असतात ?

काळजी ही मनुष्याच्या पाठीमागे सतत हात धुऊन उभी असते. एक सपली की, दुसरी सुरू, तिला कांही अतच नाही. खऱ्या दुःखापेक्षा काळ-जीचेच दु ख मनुष्याच्या मनाला जास्त बोचणी देतें. आपल्या सर्व आयुष्यांत मनुष्य सतत अनेक गोष्टीची काळजी करीत असतो त्यापकी—

- कधी न घडणाऱ्या गोष्टीच्या काळज्या.....४० टक्के.
- होऊन गेलेल्या गोष्टीबद्दलच्या काळज्या.....३० टक्के.
- अकारण तब्येतीच्या काळज्या.....१२ टक्के.
- विविध क्षुल्लक काळज्या.....१० टक्के.
- खऱ्या व योग्य चिंता.....८ टक्के.

काळजी करण्यास फुरसतच न मिळणें हाच काळजी न करण्यावर खात्रीचा उपाय आहे.

चेहऱ्याची शोभा

(१) पूर्णत्वास पोचलेलें नाक चेहऱ्याच्या $\frac{1}{3}$ इतके असलें पाहिजे.

(२) नाकपुड्याची रुंदी डोळ्याच्या रुंदी इतकी असावी.

(३२) राष्ट्राची देवावर जर श्रद्धा असेल तर त्याचे श्रेय गृहिणीला आहे.

(३) कपाळाची हंडी, नाकाचे टोंक आणि दोन डोळ्यामधील बिंदु यामधील अंतर सारखे असावे.

(४) दोन्ही गालाच्या वरचा भाग जरा फुगीर असावा.

(५) दोन पापण्यांमधून डोळ्यांचा जेवढा भाग दिसतो त्यावर डोळ्यांचा पाणीदारपणा अवलंबून असतो. डोळा मोठा असेल तर तो अधिक प्रकाश परावर्तित करील, व त्यामुळे तो अधिक सुंदर व पाणीदार दिसतो. सुखदायक भावनामुळे डोळे विस्फारतात व चमकू लागतात, दुःखदायक भावनांनी वरची पापणी खाली येते व त्यामुळे डोळ्यातील चमक कमी होते.

माणसे खोटे का बोलतात ?

(१) आपले नुकसान होऊ नये म्हणून किंवा आपल्याविषयी वाईट मत होऊ नये म्हणून खोटे बोलणारे लोक.....४१ टक्के.

(२) आपला फायदा व्हावा म्हणून खोटे बोलणारे लोक... १४ टक्के.

(३) आपल्या जातीचा फायदा व्हावा म्हणून खोटे बोलणारे लोक...
.....८ टक्के.

(४) आळशीपणाने काम जास्त पडू नये म्हणून खोटे बोलणारे लोक.....५ टक्के.

(५) आपण लोकामधे हास्यास्पद ठरू नये म्हणून खोटे बोलणारे लोक.....४ टक्के.

(६) बारीकसारीक कारणासाठी खोटे बोलणारे लोक....२ टक्के.

स्त्रिया पुरुषापेक्षा कमी खोटे बोलतात. स्त्रियांमध्ये १० ते १५ वर्षांच्या बालिका जास्त खोटे बोलतात; तर १५ ते २० वर्षांच्या मुलाचा खोटे बोलण्यात पहिला नंबर लागतो. ५ व्या वर्षापासून मोठ्यांच्या अनुकरणाने मूल खोटे बोलण्यास शिकते, असे आढळून आले आहे.

मूल बोलायला कसे शिकते ?

आईबापानी बोललेले शब्दच मूल प्रथम उचलते, नंतर घरातले खेळगडी, इतर माणसे, रेडिओ यांच्यापासून त्याला शब्द शिकायला मिळतात. पण

(३३) विचारे निश्चल होतां बुद्धि । बुद्धिपासी कार्यसिद्धि ॥
ज्ञा. शि. ३...

आईबाप स्वतःला येणाऱ्या शब्दांपैकी रोजच्या बोलण्यांत अगदीच थोडे शब्द वापरतात; तेव्हां मुलांचा शब्दसंग्रह व पर्यायानें त्यांचें ज्ञान वाढावे म्हणून आईबापांनी रोज निदान १५।२० मिनिटें तरी मुलाला समजेल असे पुस्तक वाचून दाखवावे. अगदी १-१॥ वर्षाच्या मुलापासून हा उपक्रम सुरू करा. मुलाला एखादी गोष्ट आवडली तर त्याला ती पुन्हा पुन्हा वाचून दाखवा. मुलाना येणारे शब्द त्यांच्या मनावर बिंबावे म्हणून निरनिराळ्या वस्तु, प्राणी, त्याला प्रत्यक्ष दाखवा. स्पष्ट बोलण्याची संवय लहानपणापासून त्याला लावावी.

बोटांस अगर अवयवांस सूज कशी येते ?

कोणत्याही कारणाने बाहेरील वस्तूनी तुमच्या शरीरात घुसण्याचा प्रयत्न केला तर त्या वस्तूबरोबर बाहेरचे अनेक जंतू (ती वस्तु निर्जंतुक केली नसेल तर) तुमच्या शरीरात घुसतात, त्याबरोबर त्याचा प्रतिकार करण्यास रक्तातील शुभ्रगोलक अथवा पेशी त्या ठिकाणी तुटून पडतात. शरीराचे बंधारे फोडून जंतू आत शिरला की, त्या ठिकाणी रक्त या पांढऱ्या सैनिकाना ताबडतोब पाठवून देते. या बाहेरच्या जंतूभोवती कोडी करून हे सैनिक त्यांना खाऊन टाकतात. पुष्कळसे जंतू खाऊन टाकल्यावर हे शुभ्रगोलक त्या ठिकाणी मरून पडतात. गळवामध्ये पू जो सांपडतो, तो म्हणजे या मेलेल्या पांढऱ्या पेशीच. दुःखाच्या किंवा जखमेच्या जागी एका-मागून एक या पांढऱ्या पेशी पाठविल्या जातात, तेथील जाग त्यामुळें अधिकाधिक सुजली जाते. मेलेल्या पेशींमुळें कातडीचा रंग पांढरट पिवळसर होतो; ठसठसणाऱ्या वेदना होतात, तेथला दाब वाढतो, त्यामुळें तेथील कातडें फुटून पू बाहेर पडताच, दाब कमी होऊन वेदना थांबतात व सूज कमी होते त्या ठिकाणी आणखी शुभ्र पेशी धाडल्या जाऊन ती जखम तेव्हांच भरून निघते. रोगसंपर्क झाला की, शुभ्र गोलकाच्या सख्येत वाढ होते. निरोगी पुरुषात एका Cubic Square Centimeter मध्ये ५ लाख, स्त्रींत ४॥ लाख रक्तरेंणु असतात. तर शुभ्र गोलक ७ ते ८००० पर्यंत

(३४) इतर सगळे बाहेर गेल्यावर जो नंतर आंत येतो तोच खरा मित्र.

असतात. रक्त तपासणीत शुभ्रगोलकाचा आकडा वाढलेला दिसला कीं, शरीराला रोगसपर्क झाला असे निश्चित समजावे. शुभ्र गोलकाचें आयु-
मनि २३ ते १७० मिनिटांपर्यंत असते. शुभ्र गोलकाची निपज सरक्त
मेदांतून [Bone Marrow] होत असते. ज्या प्रमाणात मनुष्याचें हाडपेर
मजबूत असते त्या प्रमाणात त्याची जतूशी झगडण्याची शक्तीही अधिक
असते.

रंगामुळें शरीरावर होणारी प्रतिक्रिया

रंगामुळे आपल्या भावनावर, प्रकृतिवर आणि पर्यायाने आपल्या कार्य-
क्षमतेवरहि परिणाम होऊ शकतो. प्रयोगाती असे आढळून आले आहे कीं,
नेहमीच्या साध्या प्रकाशांत काम करणाऱ्या लोकाची कार्यक्षमता २३ भाग
आढळून आली. निळ्या उजेडात २४, हिरव्या उजेडात २८ तर पिवळ्या
उजेडात ३० पर्यंत वाढली व शेंदरी रंगाच्या प्रकाशांत ४२ पर्यंत गेली;
म्हणजे सरासरीनें ९० टक्के अधिक काम शेंदरी रंगाच्या प्रकाशांत होतें.
पिवळ्या रंगाने आजारपणांत एकदम वाढ होऊ शकते. खोलीतील उष्णता
वाढल्याचा भास निर्माण करण्याची शक्ति पिवळ्या रंगात आहे. पिवळा रंग
अपचनास कारणीभूत होतो म्हणून विमानांना सुशोभित करताना हा रंग
कटाक्षाने टाळण्यात येतो. एखादी वस्तु जर लाल किंवा काळ्या रंगाची
असली तर ती पाहणाऱ्यास जड असावी असा भास होतो, उलट तीच वस्तु
जर फिकट निळ्या किंवा पिवळ्या रंगाची असली तर हलकी असावी असा
भास होतो. आकडेवार माहिती गोळा करणाऱ्या सस्थांना [Statistical
Firms] फिकट निळसर कागदापेक्षा गुलाबी कार्डावर विचारलेली माहिती
लोक त्वरित भरून पाठवितात असे आढळून आले आहे. कारखान्यांतील
यंत्रांना भडक रंग दिल्यास मालाच्या उत्पादन-वाढीस बरीच मदत होते,
कारण बहुतेक कामगार चकचकीत रंगाच्या सान्निध्यांत अधिक आवडीनें
काम करतात असें आढळलें. फिकट हिरव्या कागदावर बदामी व गर्द
हिरव्या रेषा असणारा कागद लोकांना फार आवडतो असे आढळून आलें

(३५) सिनेसृष्टि अथवा आकाश सोडून आलेल्या तारकांची
किंमत दगडाइतकीच.

आहे. रगाच्या सान्निध्याने मनुष्याची वृत्ति बदलू शकते. निळसर हिरवा रंग अतिशय आल्हाददायक असतो असे कित्येकांचे मत आहे.

माणसाच्या मेदूतील ज्ञानतत्त्व

माणसाच्या मेदूत सर्वसाधारणपणे १००००० एक लाख एवढे ज्ञानतत्त्व असतात, ही ज्ञानतत्त्वाची रचना म्हणजे ते एकमेकाशी कशा रीतीने जोडले गेले आहेत यावरच मनुष्याची प्रतिभा आणि त्याच्या बुद्धीचा तल्लखपणा अवलंबून असतो. हे ज्ञानतत्त्व डोळ्यांचे दिसणे अशक्य आहे. टेलिव्हीजन मायक्रास्कोपच्या साहाय्याने ज्ञानतत्त्व मोजण्याचे काम आईन्स्टीनच्या मेदूपासून सुरू होणार आहे. मेदूतील ज्ञानतत्त्वाची संख्या त्याच्या समुहाचे एकमेकाशी असलेले संबंध आणि मेदूला होणारा रक्ताचा पुरवठा या गोष्टींवर आपली बुद्धि अवलंबून असते. ज्ञानतत्त्वाचे एकमेकाशी असलेले संबंध विद्युत्‌रूपाचे असतात, व त्याचे सहजपणे कार्यान्वित होणे यावर बुद्धीची चमक अवलंबून असते

डोळ्याच्या तिरळेपणाचे कारण

तिरळेपणाची कारणे अनेक असू शकतात. लहानपणी मुलाची दृष्टि अंध असेल तर डोळ्याला ताण देऊन ते मूल बघण्याचा प्रयत्न करते. काही कुटुंबात तिरळेपणा हा अनुवंशीक असतो. साधारणपणे १ ते ६ या वयात मूल तिरळे होऊ लागते, व वयाच्या ६ ते १५ वर्षांपर्यंत तिरळे मूल सरळ दृष्टीचे होऊ शकते. लहानपणी चकणी असलेली मुले पुढे ती तितकीशी दिसत नाहीत, पण त्याच्या एकाच डोळ्याची दृष्टि नीट असते; कांही वेळेस त्याच्या दोन्ही डोळ्यांची दृष्टि शाबूत असते; परंतु एकाच वेळी दोन्ही डोळ्यांचा वापर ते करू शकत नाहीत. डोळ्याचे व्यायाम, निरनिराळ्या दोंग भिगाचा चष्मा, पॅचिंग (म्हणजे चागला डोळा बांधून तिरळेपणा डोळ्यास काम लाऊन त्याची शक्ति वाढविणे) इत्यादीमुळे तिरळेपणा नाहीसा करता येणे शक्य आहे. सुरवातीलाच योग्य खबरदारी घेणे आवश्यक आहे.

(३६) शहाणा माणूस चुका विसरतो; परंतु त्यांची कारणे मात्र कधीच विसरत नाही.

पडसें कशामुळें होते ?

थड हवेच्या योगानें पडसें होते ही समजूत अगदी चुकीची आहे. उत्तर ध्रुव प्रदेशातील एस्कीमोना पडसे माहीत नव्हते, परंतु त्या भागात गोऱ्या लोकाची वस्ती जशी वाढू लागली तशी सर्दी-पडशाची व्यथाही तेथे नांदू लागली. केवळ संसर्गनिंच हा रोग फैलावला जातो. तुमची प्रतिकार-शक्ति जर प्रबळ असेल तर संसर्गाने देखील काहीही होत नाही. तिसऱ्या वर्षापर्यंतच्या मुलाना पडसें येण्याचा सभव अधिक. वृद्ध माणसानाही ह्या रोगाची फारशी भीति नसते. या रोगात पथ्य-पाण्याची विशेष आवश्यकता नसते, विसांवा किंवा विश्रांति, तसेच कोठ्याची सफाई हेच सर्दीवर महत्वाचे उपाय आहेत. सर्दीचे जतू श्वासोच्छ्वासावाटेच शरीरात प्रवेश करतात. वर्षातून १/२ वेळा सर्दी होणे चांगलेच असते, त्यामुळे शरीरांत साचलेली घाण वाहून जाऊ शकते. सर्दीवर निलगिरो, व्हिक्स वगैरे सतत हुंगल्यास कफ नाकात, डोळे व कपाळ याच्या पोकळीत दाटून तो भाग फार दुखू लागतो व डोळेही जड होते. नेहमोच्या सर्दीवर सौम्य रेचक व विश्रांति याशिवाय दुसरा उपाय न करणेच चांगले.

नखें खाण्याची संवय

नखें खाण्याची संवय मुलीच्यापेक्षा मुलानाच अधिक लागते असे आढळून आले आहे. १२ वर्षांची शे. ६२ टक्के मुले नखें खाताना दिसतात, तर मुलीचे प्रमाण शे. ५० टक्केच पडते. काही विशिष्ट वयातच ही नखें खाण्याची व कुरतडण्याची संवय जडते. नखें खाणाऱ्या मुलाना “च्युइंग गम” घावें असे काहीचें मत आहे. त्यामुळे नखें खाण्याची संवय पुष्कळशी कमी होते. वास्तविक मुले नखें खात नाहीत, नुसती कुरतडून टाकून देतात. हल्ली नखाचे पॉलिश वगैरे निघाल्यानें मुलीमध्ये नखें कुरतडण्याचे प्रमाण बरेच कमी झाले आहे. नखें खाण्याची संवय लागताच मुलांना ती त्यांच्याच नजरेस आणून द्या. पुष्कळ वेळां आपण नखें खातो व कुरतडतो हें कित्येक

(३७) संकटाला संधी मानतो तो आशावादी व सधीलाही संकट मानतो तो निराशावादी.

मुलाच्या लक्षातच येत नाही, इतकी ही क्रिया काहीच्या बाबतीत अगदी स्वाभाविकच होते.

रक्तपेशी, वजन, हृदयाचे ठोके, मृत्यु यांचा माणसांवर परिणाम

पुरुषाच्या रक्तात १० टक्के लाल रक्तपेशी जास्त असतात त्यामुळे पुरुषाचे रक्त स्त्रीच्या रक्तापेक्षा अधिक लाल असते, त्याचप्रमाणे पुरुषाच्या रक्तात प्राणवायु वाहून नेणाऱ्या हेमोग्लोबीनचें प्रमाण जास्त असते. उलट नवीन रक्त, पुरुषापेक्षा स्त्रीमध्ये जलद निर्माण होतें, त्यामुळे रक्तस्त्रावाच्या आपत्तीत स्त्रिया लवकर सुधारूं शकतात.

पुरुषाच्या वजनात ८७ टक्के तर स्त्रीच्या वजनांत ५७ टक्के शक्ति असते. उरलेला भाग चरबी व मास असतो. शक्त्याच्या जादा प्रमाणामुळे पुरुष लवकर दमत नाही. सारख्याच वजनाच्या स्त्री-पुरुषांना वजन उचलावयास सांगितले तर ६५ पौंड वजन उचलणे स्त्रांस जड झाले तर पुरुषाने ९० पौंड वजन सहज उचलले (दोघानाही वजने उचलण्याची सवय नव्हती).

नेहमींच्या परिस्थितीत दर मिनिटाला स्त्रीच्या हृदयाच्या ठोक्यापेक्षा पुरुषाच्या हृदयाचे ठोके १० ने कमी भरतात. स्त्रियांना पुरुषापेक्षा कमी प्राणवायु पुरतो. श्वास उथळ असल्याने स्त्रियांना विषारी वायूपासून कमी अपाय होतो. स्त्रियांचा रक्तदाबही पुरुषापेक्षा थोडा कमी असतो. स्त्रीच्या हृदयाचा व फुफ्फुसाचा आकार शरीराच्या मानाने लहान असल्याने त्यांना थोडा प्राणवायूही पुरेसा होतो.

वयाच्या ५ व्या वर्षापर्यंत आणि तिसाव्या वर्षापासून पुढे कोणत्याही वयाच्या स्थितीत बायकापेक्षा पुरुषच अधिक प्रमाणात मृत्यूमुखी पडत असतात. १५ ते ३० या दोन वयोमर्यादांच्या दरम्यान मात्र पुरुषापेक्षा स्त्रियाच अधिक प्रमाणात मृत्यूमुखी पडतात; याचें १५ ते ३० हे वय म्हणजे स्त्रियाचें अपत्य-प्रसवितेचें वय होय; आणि प्रसूतीमुळे स्त्रियांना मृत्यू

(३८) मनुष्य स्वतः काटकसरीने वागत असला म्हणजे त्याला मितव्ययी म्हणतो आणि दुसरा काटकसरीने वागूं लागला म्हणजे त्याला कृपण म्हणतो.

येणाचा संभव अधिक वाढत असल्यामुळे या वयाच्या कालमर्यादित मृत्यूचें प्रमाण पुरुषांपेक्षा अधिक दिसून येतें.

डोळ्यांत अश्रू कां उभे राहतात!

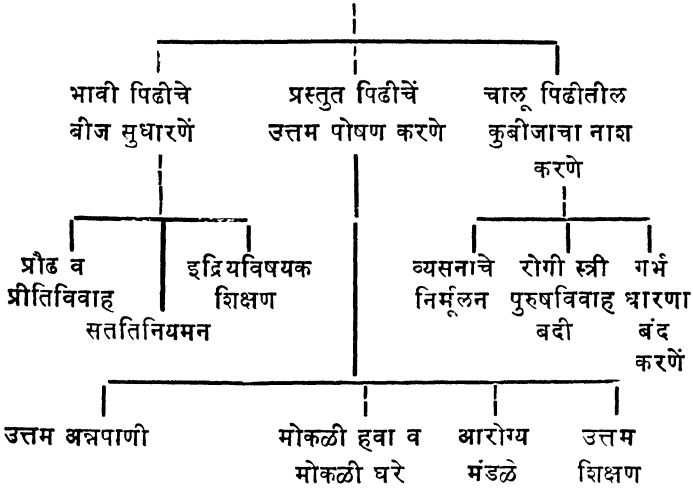
आपल्या डोळ्यांच्या कोपऱ्यांत एक अश्रूकोष (Lachrymal Sac) असतो. हर्ष, उद्वेग व चिंता या कारणांमुळे भावना उचंबळून येऊन त्यांचा दाब या कोषावर पडतो व त्यांमधून अश्रू वाहू लागतात. हे अश्रू अतिशय जंतूनाशक आहेत. १०० गॅलन पाण्यांत चमचाभर अश्रू टाकले तर त्या पाण्यातील सर्व कृमी मरून जातील. अश्रूचें पृथःकरण केल्यास त्यात शें ९४ टक्के भाग पाणी व ६ टक्के भाग क्षार व लिसोजिन हें द्रव असतें. डोळे पाणावलेले होणें हेही अश्रू येण्याचेंच द्योतक आहे. ज्यांच्या डोळ्यांत कधीही अश्रू येत नाहीत ते अेकतर दमेकरी तरी असतात किंवा त्यांच्या सर्वांगावर फोड येण्याची शक्यता असते. अश्रू येण्याकरिता रडलेंच पाहिजे असा अर्थ होत नाही, दुःखामुळे कधीही न रडणाऱ्या व्यक्तिच्या डोळ्यांतही अश्रू उभे राहतात.

मनुष्यास मधुमेह कां होतो ?

ज्याप्रमाणे कोळशाचें पूर्ण ज्वलन न झाल्याने गिरणीच्या चिमणीतून काळा धूर निघू लागतो त्याप्रमाणें शरीरात साखरेचें पूर्ण ज्वलन न झाल्यानें लघवीवाटे साखर बाहेर फेकली जाते, त्यास आपण मधुमेह (Diabetes) असे म्हणतो. इन्स्युलिन हें साखरेचें ज्वलन नियमित करतें. इन्स्युलिन कमी झाल्याने साखरेचे ज्वलन न होऊन साखर बाहेर फेकली जाते, त्यामुळे साखरेच्या अभावी शरीरांतील इतर जरूरीची रसायनें नीट तयार न होऊन अशक्तपणा वाढत जातो, अन्नपचन होत नाही, वजन कमी होतें; अशा वेळी बाहेरून इन्स्युलिनचे इजेक्शन देऊन साखरेचें ज्वलन पूर्ववत् चालू करतां येते.

(३९) गुरु तारक नसून गुरुभाव तारक आहे; त्याचप्रमाणें प्रपंच मारक नसून प्रपंचासक्ति मारक आहे.

सुप्रजाजनन शास्त्र (Eugenics)



(१) विषयाचाच विचार सतत मनांत न धरणे.

(२) मनाला कुठचा ना कुठचा तरी छद लाऊन घेणे.

(३) चागल्या माणसाची संगत धरणे.

(४) गुरुवर वा परमेश्वरावर अढळ श्रद्धा ठेवणे.

(५) विवेकाने व विचाराने कार्य करण्याची सवय लाऊन घेणे.

(६) सतत प्रयत्न व अभ्यास यांच्या योगाने मनातील दुर्गुणांचे निर्मूलन करणे.

(७) विचारपूर्वक संगम हेच सुप्रजाजननाचे मूल तत्त्व होय.

डोकें-दुखीचा त्रास

लग्न झालेल्या जोडप्यापेक्षां ब्रह्मचारी पुरुष, कुमारिका, बालविधवा यांच्यांत डोकेंदुखीचे प्रमाण अधिक आढळते. अशिक्षित लोकापेक्षां कॉलेज

(४०) पैशाच्या अपव्ययाला डरणें हा सूज्ञपणा ठरेल; पण पैशाच्या व्ययालाच डरणें हा निव्वळ मूर्खपणाच ठरेल.

तरुणांत हें प्रमाणें दुप्पट आढळले. म्हाताऱ्या लोकापेक्षा तरुणांनाच डोकें-दुखीचा त्रास जास्त होतो, तर डॉक्टरलोकापेक्षा वकीलवर्गासच ही व्याधी जास्त पछाडते. अशिक्षित व अगदी कमी शिकलेल्यामध्ये हे प्रमाण अगदी कमी आढळते. तसेच उच्चपदस्थ अधिकारी, घदेवाले यांमध्ये हें प्रमाण इतरापेक्षा अधिक आढळते. डोकेदुखीची कारणें शारीरिकपेक्षा मानसिकच जास्त असतात. दुसरीकडे मन गुतवणें, मनास छंद लाऊन घेणें, जीवनाकडे आशावादी दृष्टीने पाहणे व कुठल्याही गोष्टीची काळजी करण्याचे सोडून देणें हे डोकेदुखी कायमची नष्ट करण्याचे खात्रीचे उपाय होत.

बोट अगर मोटार लागून होणाऱ्या वात्यांचें कारण

मोटारीत, बोटीत, पाळण्यात अगर झोपाळचावर बसून काही लोकांना मळमळते, घेरी येते, ओकाऱ्याही होतात. याचें खरे कारण पोटात नसून कानात आहे असे सांगितले तर आश्चर्य वाटेल. कानाचे ३ भाग पडले आहेत. बाह्यकर्ण (वरून दिसणारा कान), मध्यकर्ण (पडदा व पोकळी मिळून झालेला) व तिसरा अंतर्कर्ण. या शेवटच्या भागात “अडोल्फ” नावाचे एक प्रभावी द्रव असून त्यात सवेदनक्षम मज्जातंतू तरगत असतात. गतिमान वाहनातून प्रवास करूं लागतांच व विशेषतः पुढे जाणाऱ्या गतिबरोबरच डावी उजवी गति मिळाल्यामुळे कानातील हा द्रव हालू लागतो, त्यामध्ये तरगत असलेले मज्जातंतू त्यामुळे हेलकावे खाऊ लागतात व आपल्याला घेरी आल्यासारखे वाटते, व पुढे ओकारोही येते. हे गरगरणें थाबविण्यास ‘ड्रमॉईन’ चे इंजेक्शन देऊन तोल साभाळणाऱ्या भागाची सवेदना कमी केली जाते. लिबू, आले वगैरे खाऊन घेरीचे, म्हणजे त्यामुळें होणाऱ्या वात्याचे व पित्ताचे प्रमाण कमी करता येईल; पण त्यामुळे मुख्य कारण तसेच राहते. झोपल्यामुळे हे गरगरणे साहजिकच बरेच कमी होते; त्यामुळें आडवे होणे हा त्यातल्या त्यात उत्तम उपाय होय. “गरगरणे” हें प्रत्येक व्यक्तित्वर अवलंबून असते; अनुवंशिकता, पोट भरलेले असणे अगर रिकामे असणें अत्यादीचा काहीच परिणाम होत नाही कारण पोट रिकामें असले तरी कोरड्या ओकाऱ्या येतच राहतात.

(४१) संकटांची जितकी पत्रास राखावी तितकी ती अधिकधिक मिजासखोर होत असतात.

मुलांस कोणत्या टाईपाचें पुस्तक वाचण्यास द्यावें ?

वयाच्या ७ व्या वर्षापर्यंत मुलांच्या नेत्र-गोलास पूर्णत्व आलेले नसतें व १६ वर्षापर्यंत त्याचा विकास झालेला नसतो; अशावेळी फार लहान टाईपाची पुस्तके वाचून मुलांच्या डोळ्यांवर फाजील ताण पडण्याची शक्यता असते. अशावेळी शिक्षक व पालकांनी मुलांच्या वाचण्यांत खालील टाईपाचीच पुस्तके येतील अशी खबरदारी घ्यावी.

७ वर्षाखालील मुलांस १ इंच उंचीचा टाईप.

७ ते १६ पर्यंत मुलांस १ १/२ इंच उंचीचा टाईप.

व १६ च्या पुढील मुलांना १ १/२ इंच उंचीचा टाईप चालू शकेल. मुलांना कोणती पुस्तके देण्यांत येतात याची चौकशी करून मुलाकरिता छापण्यांत आलेली पुस्तके वरील टाईपाचीच असावीत असा निर्बंध असावा.

मनुष्याचें स्पर्शेन्द्रिय

मनुष्याचें स्पर्शेन्द्रिय जीभेच्या ठिकाणी जास्त तीव्रतर असते. कंपांसच्या दोन टोकात ३ १/२ इंच अंतर ठेऊन ही दोन टोके जीभेवर टांचलीं तर या दोन टोकाचें वेगवेगळे ज्ञान जीभेस, म्हणजेच माणसास होऊं शकते. हेंच अंतर इतर अवयवामधें खालील प्रमाणांत असतें :

हाताची बोटे..... १ १/२ इंच.

कोपरापासून पुढील हात..... १ १/२ इंच.

पाठ..... २ १/२ इंच.

मांडी..... १ इंच.

स्पर्शेन्द्रियांची तीव्रता मेदूलील सवेदन-तंतूच्या जाळ्यावर अवलंबून असते. ज्या ठिकाणी ह्या तंतूचें जाळे जास्त तितकी स्पर्शेन्द्रियाची तीव्रता अधिक असते.

(४२) फक्त सामान्य माणसेंच स्वतःला मोठी समजतात; खरोखरीच जे मोठे असतात त्यांना स्वतःच्या मोठेपणाचा विचार करायला वेळच मिळत नाही.

मनुष्य घोरतो म्हणजे काय होते ?

माणूस जेव्हा घोरतो तेव्हा पडजीभ (Uvula) व तिला चिकटलेली अस्थिवधने (Ligaments) ढिली पडतात. मनुष्य पाठीवर झोंपला म्हणजे पडजीभ खाली पडते व तिची अस्थिवधने मागच्या बाजूस पसरून पडतात, त्यामुळे श्वासोच्छ्वास-नलिका हळू हळू बंद होते व हळूहळू घोरणे सुरू होते. घोरणे बंद करण्यास उपाय म्हणजे घोरणाच्या उताण्या माणसास कुशीवर निजविणे; दुसरा उपाय म्हणजे गरम पाण्यांतून रात्री झोपण्यापूर्वी व सकाळी उठल्याबरोबर मिठाच्या गुळण्या करायच्या—त्यामुळे पडजीभेस जोडलेली अस्थिवधने बळकट होतात व पडजीभ ढिली पडत नाही. घोरणे हे गाढनिद्रेचे द्योतक आहे असे मानण्यात येते.

वजन व इंद्रियांच्या वाढीचे प्रमाण

आईचे वय २५ ते ४० असून तिचे वजन व आरोग्य चांगले असेल तर मुलाचे वजन जन्मतः ८॥ ते १०॥ पौंड असायला पाहिजे. साधारणपणे पहिल्या मुलाचे अगर मुलीचे वजन थोडे कमी भरते. ठेगण्या आईवडिलाचीं मुलेही वजनाने कमीच भरतात. गर्भारपणी शेवटच्या २ महिन्यात आईला जर चांगली विश्रांति मिळेल तर मुलाचे वजन चांगले भरते. दोन गर्भारपणात ३ ते ५ वर्षांचे अंतर असणे आईच्या दृष्टीने चांगले. गर्भाची वाढ होताना किंवा जन्म झाल्यावर मुलाची अगर मुलीची वाढ सारख्या प्रमाणात होत नाही. जन्माच्या वेळेच्या वजनाच्या पुढील पटीने मुख्य इंद्रियाची वाढ होते. डोळे...१७ पट, मेदू...३७, लिव्हर...१३, हृदय...१५, स्प्लिन...१८, फुफ्फुसे, जठर व आतडी...२०, हाडे...२६, स्नायु...४८, पूर्ण वाढ झालेल्या माणसाचे वजन जन्माच्या १९ पट असते. निरोगी माणसाची उंची, वजन, छातीचा घेर यांचे प्रमाण :

उंचीचे इंच X छातीच्या घेराचे इंच = पौंड वजन.

१७

(४३) विषयवासनेसारखा रोग नाही, मोहासारखा शत्रु नाही, क्रोधासारखा तापदायक अग्नि नाही आणि ज्ञानाइतके परम सुख कशांतही नाही.

मध्यम मानाने छातीचा घेर ३४ इंच धरल्यास उंचीच्या इचाच्या दुप्पट पाउंड वजन असतें. अति उच्च माणसास हे प्रमाण विशेष लागू पडत नाही.

उंच व्यक्तीचें भाग्य

जीवनातल्या प्रत्येक क्षेत्रात आघाडीवर असलेल्या व्यक्तींपैकी बहुसंख्य व्यक्ति उच्च असतात. तुलनेने पाहिल्यास भरपूर उंची ही प्रभावी व्यक्ति-मत्त्वासाठी आवश्यक व महत्त्वाचा घटक असल्याने बूटक्या माणसापेक्षा उंच माणसाने अधिक यश मिळविले आहे, अधिक सत्ता गाजविली आहे व अधिक पैसाही संपादन केला आहे. पॉलिसिची रक्कम ही सापत्तिक स्थितीचे उत्तम निदर्शक असल्याने पैसा व उंची यांचा अतिशय घनिष्ट संबंध एका प्रख्यात विमा कंपनीने लावला आहे.

खालील कोष्टक पाहा :

पॉलिसी-होल्डरची उंची	घेतलेल्या पॉलिसीची रक्कम डॉलर्समध्ये	
६ फूट ४ इंच.....	६१८०	सरासरी
६ " १ "	५३६६	"
५ " ११ "	४४६८	"
५ " ७ "	४२१५	"
५ " ५ "	३९०३	"
५ " ३ "	३७१७	"
५ " ० "	२९७९	"

यावरून असे दिसून येईल की, अधिक उंचीच्या इसमानी अधिक रकमेचा विमा उतरला आहे; व कमी उंचीच्या लोकांचा विम्याच्या रकमेचा आकडाही कमीच आहे. निरनिराळ्या क्षेत्रांतील व घंद्यातील एकूण १०३७ लोकांची चांचणी घेण्यात आली, तेव्हां बहुसंख्य मोठ्या पगारावरचे लोक शरीरयष्टीने उच्च होते. बहुसंख्य खालचा वर्ग हा तुलनेने उच्चवर्गीय

(४४) जगांत कुरूप स्त्रिया मुळी नाहीतच, फक्त कांही अशा आहेत की, त्यांना आपण सुंदर कसें दिसावे हें कळतच नाहीं मुळीं.

लोकापेक्षा उचीनें कमीच आढळतो; परंतु पुष्कळ वेळा खालच्या वर्गातून निर्माण होणाऱ्या बुद्धिमान आणि प्रतिभाशाली व्यक्ति मात्र अतिशय उंच असतात असा सिद्धांत हँवेलॉक अेलिस याने काढला आहे. बुद्धिमतांची पाहणी केल्यानंतर असे आढळून आले आहे की, मध्यम उंचीच्या ६८ टक्के लोकांमधून (ब्रिटनमधील) फक्त २६ बुद्धिमान व्यक्ति निर्माण होतात, तर १६ टक्के उच्च व्यक्तींमधून ४३ बुद्धिमान निर्माण होतात तरी पण बुद्धिमत्तेचा आणि यशाचा वारसा फक्त उच्च माणसाकडेच दिला आहे असे म्हणता येणार नाही. शिवाजी, नेपोलियन, आईन्स्टीन, अँलेक्झांडर इत्यादि व्यक्ति मध्यम उंचीच्याच होत्या.

थोडक्यात, पण महत्त्वाचे

(१) लग्नास मुलाचे कमीत कमी वय २० असावे तर मुलीचे १६ असावे.

(२) मुलाच्या व मुलीच्या बीजदर्शन-कालात साधारणतः ३ वर्षांचा फरक असल्याने दोघामध्ये लग्नसमयी ३ वर्षांचे तरी कमीत कमी अंतर असावे असे वात्स्यायन म्हणतो; तर वाग्भटाच्या मते ते ४/५ वर्षांइतके तरी असावे.

(३) “वरमेको गुणी पुत्रः” या न्यायाने एक गुणवान् मुलगा बरा, पण आज काल “एक से दो भला” या न्यायाने २ मुलगे असणे चांगले व त्याच्या जोडीला १ बहीणुली असणे उत्तम. सध्याच्या परिस्थितीत यापेक्षा जास्त परिवार वाढव नये.

(४) २ मुलांमधील काळात ४/५ वर्षांचे अंतर असणे इष्ट. यामधील काळात सयम पाळून दोघानी तनमने सुदृढ बनावे. एकदा तुमच्या मुलाची संख्या ३ झाली की, मग सततनियमनसाधने जरूर वापरावीत किवा पुरुषाने ऑपरेशन करून घेणे सर्वात उत्तम.

(४५) आपल्या पुत्राच पुरुषांत रूपांतर करण्यास आईला २० वर्षे लागतात; पण या पुरुषाचं मूर्खात रूपांतर करायला दुसऱ्या स्त्रीस २० दिवसही लागत नाहीत.

(५) सुनेचा पाळणा हलू लागला की सासूचा बंद होणें आवश्यक आहे. या करिता सततीची पुरुषाची शेवटची मर्यादा ४० तर स्त्रीची ३५ वर्षांची असावी.

(६) गर्भाधान-कालच्या स्त्री-पुरुषांच्या मनःस्थितीवर व त्यांच्या आचार-विचारांवरच संततीचें गुणावगुण बरेचसे अवलंबून असतात हा सतान-शास्त्राचा ठाम सिद्धांत आहे. त्यामुळे त्यावेळी स्त्री-पुरुषानी आपलें आचरण प्रसन्न, प्रेमळ, शान व मनमोकळे ठेवणें अत्यंत आवश्यक आहे. शांत, सुंदर, निरोगी व दीर्घायुषी संततीसाठी स्त्री-पुरुषानी तनमने सुदृढ असावे.

जास्त चालण्यामुळें पाय कां आंबतात ?

आपण खूप चाललो म्हणजे आपले पाय दुखू लागतात, त्यावेळी पाय अगदी आबले आहेत असे आपण म्हणतो. पुष्कळ चालण्यामुळे पायाच्या स्नायूंना व्यायाम होतो; त्या स्नायूंच्या आकुचनामुळे तेथे आम्ल [Lactic Acid-दुग्धाम्ल] तयार होते. व्यायामामुळे अभिसरण वाढले असले तरी हे जास्त तयार झालेलें आम्ल तेथून वाहून नेणे अशक्य असते व त्यामुळे स्नायूमध्ये तें साठून राहते, व मग स्नायू ताठर होऊन आबल्यासारखे होतात. पाय आबले म्हणजे चांगले चोळून तेल लावून कढत पाण्याने शेकले म्हणजे तयार झालेले आम्ल वाहून नेणे शक्य होतें व त्यामुळे आपल्याला हलके वाटून पाय दुखण्याचे पुष्कळ कमी होतात. १५० पौंड वजनाच्या माणसाने सेकंदास १ पायरी या प्रमाणे १५० पायऱ्या चढण्याचा व्यायाम केला असता जी आम्लता उत्पन्न होते ती ५० मिनिटे टिकून राहते असे प्रयोगाति आढळून आले आहे. नेहमीच्या व्यायाम करण्यानेही शरीरांत जास्त आम्लता तयार होते; परंतु त्या त्या स्नायूंच्या ठिकाणाहून ती सत्वर दुसरीकडे नेली जाते. मालीशमुळे स्नायूंचें संचालन अप्रत्यक्ष होते, तर व्यायामामुळे तें प्रत्यक्ष होतें त्यामुळे मालीश आम्लता उत्पन्न करूं शकत नाही.

(४६) मनुष्याचं मन किती संवेदनाक्षम असतं पाहा-एखाद्याच्या पाठीवरून हात फिरविलात कीं, त्याचं डोकं तत्काळ चढूं लागतं.

स्त्री-पुरुषांतील नैसर्गिक भिन्नता

(१) पुरुषापेक्षां स्त्रियाच्या वजनांत लवकर वाढ होते, चरबीचा सांठा त्या लवकर करूं शकतात व जास्त दिवस टिकवू शकतात.

(२) पुरुषाचे जास्तीत जास्त वजन ४०/४५ व्या वर्षी असते तर स्त्रीचें त्यानंतर १ तपाने म्हणजे १२ वर्षाने असते.

(३) स्त्रीचे जठर पुरुषापेक्षा मोठे असतें, शिवाय त्याची पचनक्रियाहि जलद चालते; त्यामुळे पुरुषापेक्षां त्यांना लवकर भूक लागते.

(४) स्त्रीच्या कोपराचें हाड मनगटाच्या हाडाला ज्या कोनांत साधलें गेले आहे तो कोन व माडीचें हाड गुडघ्याच्या हाडाला साधलें गेलें आहे तो कोन, या दोन कोनाचा पुरुषाच्या कोनाशी फरक पडल्याने स्त्रियांना शिडीवर अगर डोगरावर चढणे, चेडूफेक वगैरे बाबतीत फार कष्ट पडतात,

(५) सामान्यतः स्त्रियाचे केस व डोळे पुरुषापेक्षां रगाने गडद असतात.

(६) स्त्रियाच्या स्वरततूची लाबी पुरुषापेक्षां कमी असते, मुली मुलांपेक्षा जास्त लवकर बोलतात, काही पोक्त शब्द त्या मुलांअगोदर वापरूं लागतात.

(७) पोटातील ऋणाचे रोगी बहुतकरून पुरुषच असतात.

(८) पुरुषाची दृष्टि व्यावहारिक असल्याने एखाद्या गोष्टीचा तो एकाग्रतेने विचार करतो, तर स्त्रीची दृष्टि तात्त्विक दृष्टीने उत्तम विचार करूं शकते. बाजाराचा तपशील, किंवा घराचा नकाशा ह्या असल्यास पुरुषाचा सल्ला घेणे इष्ट, तर ऐतिहासिक तपशील, समारंभ, सजावट इत्यादि बाबतीत स्त्रिया उत्तम सल्ला देऊं शकतात.

(९) स्त्रियाच्या भावना जरी लवकर दुखावल्या गेल्या तरी झालेला अपमान त्या चटकन् विसरून जाऊं शकतात.

(१०) स्त्रियांना पुरुषापेक्षां कमी वेळां स्वप्ने पडूनहि पुरुषापेक्षां स्वप्नांमुळे त्या जास्त वेळां जाग्या होतात, असा अनुभव आहे.

(४७) पुरुषांच्या अपघाताचं कारण, त्यांचें स्त्रियांकडे लक्ष गेल्यानें तर स्त्रियांच्या अपघाताचं कारण, त्यांचें स्वतःकडेच लक्ष गेल्यानें.

(११) स्त्रिया पुरुषापेक्षां ५ पट आतूर व भिऱ्या असतात. काळजी व बंधनाच्या छायेत होणारी वाढ याला कारणीभूत होत असावी असा तर्क आहे. बुद्धिमान मुले कशी निपजतील ?

जगप्रसिद्ध सशोधक हॅवेलॉक एलिस यांनी १००० प्रखर बुद्धीच्या स्त्री-पुरुषाविषयी माहिती मिळवून असे अनुमान काढलें आहे की, बुद्धिमान स्त्री-पुरुषामध्ये सामान्य जनतेपेक्षा जास्त लोक अविवाहित राहतात, व जे विवाह करतात त्यामध्ये निपुत्रिकाचें प्रमाण फारच अधिक आढळते. मात्र ज्या बुद्धिमान व्यक्तिस मुले होतात, त्याच्या मुलांची सख्या त्या श्रेणीच्या इतर लोकापेक्षा फारशी कमी नसते. स्त्री-पुरुषाची मने अत्यंत सुसंस्कृत व प्रभावी होण्याचा काल म्हणजे वयाची ३५/४० ची पुढची वर्षे. या सुमारास स्त्रियांना मुले होण्याचें प्रमाण अगदी कमी असते. स्त्री-पुरुषांना अंन तारुण्यात मुले होतात, त्यावेळी ते गट्टेपंचविशीच्या आंतबाहेर असतात. आईबाप मुलाला देह देतात व देहापुरते मुलाचे वैशिष्ट्य आईबापांपासून आलेलें असते. मुलाचे मन, त्याच्या वृत्ति, त्याच्या बुद्धिचे गुणावगुण हे त्या मुलाचा जीव मागील जन्मातून बरोबरच आणतो हे लक्षात ठेवावें. सर्वच आईबापाना आपल्या मुलाचे मन घडवू शकता येते हा समज चुकीचा आहे. शेवट शेवटच्या मुलांत बुद्धिमत्ता, चतुरपणा, विचारवृत्ति इत्यादि गुण आढळतात. पहिली मुले भोळसर वृत्तिची, गरीब व सालस असतात. शरीराने पहिली मुलें घडधाकट व उत्तम पोसलेली असतात, तेव्हा बुद्धिमान संतति पैदा होणे अवश्य असल्यास स्त्री-पुरुषानी कुठलीही गोष्ट उतावीळपणे व भावनातिरेकाने करू नये सयम (थोडतरी), सुसंस्कृतपणा व उच्च विचार याचा पूर्ण आश्रय घेऊनच पुढे पाऊल टाकावे.

दृष्टीची शक्ति व तिचें मोजमाप

जसजसा आधार वाढत जातो तसतशी आपल्या डोळ्यांची पाहण्याची शक्ति वाढत जाते. ती १ लक्ष पटीने वाढते असें आढळून आले आहे. अंधारांत मेणबत्तीच्या ज्योतीच्या हजाराव्या हिश्याने असलेला प्रकाशही तुम्ही पाहू शकता, तसेंच मेणबत्तीच्या प्रकाशाच्या कोटधावधि पटीने तेजस्वी

(४८) अडचण भासली म्हणजे भावना दूर ठेवाव्या लागतात.

प्रकाशात तुम्ही पाहू शकतां. जगांतील दृश्य वस्तूपैकी ९० टक्के माहिती केवळ नेत्राच्याच साहाय्याने आपण सग्रहीत करू शकतो. सर्व पान आपण एकदम पाहू शकतो; परंतु वाचायचें झाल्यास एकाच वेळी १-२ शब्दच फक्त दिसू शकतात सुमारे ८ अक्षरेच एकावेळी आपण नीट वाचू शकतो. सर्वसाधारण पुस्तकात प्रत्येक ओळीत १० शब्द (इग्रजी) असनात, व एका शब्दात ८ अक्षरे असतात असे मानल्यास आपला नेत्र १० उड्या मारून ती ओळ वाचून काढतो. भरभर वाचणारा माणूस अक्षर अक्षर कधीच वाचत नाही, १० उड्याएवजी ३ किंवा ५ उड्यातच त्याचे नेत्र ओळ वाचून पुरी करतात. जगात सर्वात वेगवान् असणाऱ्या प्रकाशाचा वेग तासाला १ लक्ष ८६ हजार मैल असतो, सूर्यापासून प्रकाश निघून डोळ्यापर्यंत पोचण्यास फक्त ३ सेकंदच लागतात. परंतु अंधारात दिसू लागणे ही क्रिया अत्यंत सावकाश होते. अंधारात पाठरा ठिपका ठेऊन त्याचें तेज कमी करीत करोत डोळ्यांना न दिसेपर्यंत ३० ते ४५ मिनिटे वेळ लागतो तर एक हजाराव्या सेकंदात पडणारा उजेडही आपण पाहतो. कोणताही पदार्थ १.१० सेकंदपर्यंत स्थिर असल्याचे मानण्यांत येते. पदार्थाच्या एका टोकापासून दुसऱ्या टोकापर्यंत पदार्थ पाहण्यास सेकंदाचा ५० वा हिस्सा देखील पुरेसा होतो. १/५० सेकंदात दाखविलें गेलेले चित्रही वैमानिक अचूक हुडकून काढतात.

वाचतांना घेण्याची काळजी

(१) ओठ न हालवता डोके पुढे-मागे न करता, शब्दाखाली बोट न धरतां, एक एक अक्षर हळू हळू न वाचतां ओळीवरून भराभर दृष्टि उडवीत वाचा; व वाचतांना अर्थाकडे पूर्ण ध्यान द्या.

(२) वाचण्याचा वेग वाढविण्याकरिता घड्याळाचा उपयोग करा, पण एखादा पॅरिग्राफ वाचतांना त्यातील मुख्य मुद्दा काय होता याचा किंचित्काल विचार करून मगच पुढे जा.

(४९) जेथे कोंबडीने काम भागत असेल तेथे बकऱ्याचा बळी देऊं नये.

(३) पुन्हा तोच तोच शब्द वाचण्याची सवय लाऊन घेऊ नका, त्यामुळे नसता गोधळ उडण्याचा सभव असतो.

(४) लेखाचा मतितार्थ समजून घ्यायचा असल्यास त्यांतील नामें व क्रियापदे याकडे ओझरती नजर टाकत चला.

केस कुरळे कां होतात ?

डोक्यावर १ (चौरस) इंचास साधारणपणें १ हजार केस असतात; व डोक्याच्या केसाळ त्वचेचें एकदर क्षेत्रफळ १२० चौरस इंच असते. केस-दर महिन्यास $\frac{3}{4}$ ते $\frac{1}{2}$ इंच या वेगाने वाढत जातो; स्त्रियाच्या केसांची लांबी १० ते १४ इंच झाली कीं, त्याचा वाढण्याचा वेग निम्याने कमी होतो. केसाचा कुरळेपणा हा त्यांच्या आकारावर अवलंबून असतो. केस गोळ किंवा लंबवर्तुळाकृति व चपटा असतो. केस ज्या प्रमाणात लंब वर्तुळाकृति व चपटा असेल त्याप्रमाणात त्याच्यात कुरळेपणा निर्माण होतो. हवेत ओलावा असल्यास केस कुरळे होतात. क्लिप्स वगैरे केसाना कृत्रिम कुरळेपणा आणतात; पण तो तात्पुरता असतो. केसाचा कुरळेपणा कांहीच्या बाबतीत अनुवंशीकही असतो. मर्यादीन कुरळे केस चेहऱ्याचे सौंदर्य वाढवितात.

आपल्याला थंडी कशी वाजते !

शरीरातून उष्णता बाहेर पडण्याचे ५ मार्ग आहेत. वहन (Conduction), परिवहन (Convection), विकीरण (Radiation), वाष्पीभवन (Evaporation), श्वासोच्छ्वास व मलोत्सर्ग (Excretion). कपड्याच्या-द्वारा वहनमुळे, बोलण्याच्या द्वारा परिवहनामुळे, हवेच्या द्वारा विकीरणामुळे घामाच्या द्वारा वाष्पीभवनामुळे व श्वासोच्छ्वास व मलमूत्रद्वारा शरीरा-तील उष्णता कमी होत असते. थंडीमुळे आपल्या हातापायातील किंवा उघड्या भागांतील केशवाहिन्या आकुंचन पावतात व त्यांना पुरेसा रक्त-प्रवाह मिळत नाही, त्यामुळे आपले हातपाय व उघडे भाग सुद होतात. आपल्या शरीराच्या तपमानात दिवसांतून १ अंश फक्त फरक पडत असतो.

(५०) तुमचें तुमच्या मुलांवर जर खरें प्रेम असेल, तर तुम्ही इतरांच्या मुलांवरही प्रेम करा.

सायकाळीं शरीराचे तपमान साऱ्या दिवसात अधिक असते, तर भल्या पहाटे ते सर्वांत कमी असते. बेबी (मूत्रपिडाजवळ) हें उष्णतेचें केद्र मानलें जाते. बेबीचे तपमान पायाच्या बोटाच्या तपमानापेक्षा ६° फॅ. नी जास्त असते. थडीकरिता पुष्कळ लोक मद्य पितात. वास्तविक मद्याने अथवा आल्कोहोलने शरीराचे तपमान कमीच होते, परंतु ते प्याल्याने केशवाहिन्या प्रसरण पावतात आणि त्यामुळे गरम वाटते. पुरुषापेक्षा स्त्रियांना थडी कमी वाजते. थडी सहन करता येणे न येणे हे बरेचसे सरावावर अवलंबून असते. हिवाळ्यात जपानमध्ये युरोपियनाना देखील हुडहुडी भरते, तर फ्रेंचाना इंग्लंडमध्ये थंडी वाजते, मुबईकराना नाशिक-पुण्याची थडी असल्या होते तर मद्रासी लोकाना मुबईची थडी कडक वाटते. थडीमुळे माणसाच्या शरीरात जोम जरी निर्माण झाला तरी 'अँड्रीनलिन' या ग्रंथीचा स्राव अधिक होऊन माणूस जरा चिडखोर बनतो असे आढळून आले आहे.

जेवताना पाणी प्यावें का ?

जेवताना पाणी पिणे अपायकारक असतेंच असे नाही, ते आपण किती व कशाबरोबर पितो यावरच सर्व अवलंबून असते. योग्य प्रमाणात जेवताना पाणी प्यायल्यास अपाय नाही. पचनक्रियेस पाण्याची ताबडतोब गरज नाही पाणी प्यायल्यावर ते छोट्या आतड्यातून चटकन् पुढे मोठ्या आतड्यात जाते व तेथेच त्याची खरी जरूरी असते. श्रीखड, बासुदी, कळींगड, खरवस, केळी वगैरे खाल्यानंतर पाणी पिऊ नये असे म्हणतात; परंतु योग्य प्रमाणात पाणी प्यायल्यास अपाय होत नाही, असे आढळून आले आहे. जेवताना जास्त पाणी प्यायल्यास पाणी पोटातील निरनिराळ्या पाचक-रसाची शक्ति कमी करते (Dilution). त्यामुळे अन्नात पाचकरस पाहिजे त्या प्रमाणात मिश्रित होत नाहीत व अशाने अजीर्ण होऊन ढाळ होण्याचा संभव असू शकतो. जेवल्यावर १ तासाने भरपूर पाणी पिणे हा सर्वोत्कृष्ट मार्ग होय.

(५१) ज्या जगलांत वाघ नाहीत, तेथे माजरांनाही भाव येतो.

रंग-किरणोपचारपद्धत

या पद्धतिप्रमाणे लाल, नारिंगी व हिरव्या किरणांनी थंड व आळशी शरीरास चेतना मिळते, निळ्या व जाभळ्या किरणांनी मेदूचा त्रास व ताप कमी होऊन स्वस्थ झोप लागते, म्हणून भितीस निळसर रंग देणे चांगले. अशक्न मुलाना पिवळा रंग दिलेल्या खोलीत काही वेळ बसविल्याने त्याची तव्येत बरोच सुधारते, तसेच आजारी माणसास लाल रंगाच्या खोलीत बराच आराम वाटतो असे आढळून आले आहे.

लहान मुलाना अन्न सुरू करताना

लहान मुलाना प्रथमच अन्न सुरू करताना एकदम पातळ भात गिळायला देऊं नये असे नवीन शोधाअती डॉक्टरांनी ठरविले आहे. या मुलाना मुक्या पोळी-भाकरीचे तुकडे दिले म्हणजे ते चावून किवा चघळून त्यात लाळ मिसळल्याशिवाय गिळता येत नाही व चावल्याशिवाय त्याच्या जवड्यांच्या हाडाची व दाताची नोट वाढ होत नाही, जेवणांत पातळ कालवणेहि देऊ नयेत, याचा अर्थ असा नव्हे की, मुलानी हेच खावे, नाही तर उपाशी राहावे. त्याना दूध, मध, अडी वगैरेसारखे सत्वमय अन्न नियमित चालू ठेवावे.

डावखोरेपणा

एखादा मुलगा डावरा आहे की काय हे ओळखण्यासाठी त्याला स्कूचे झाकण असलेली वाटली उघडायला देतात. जगात मुलीपेक्षा मुलं च जास्त डावखोरी असतात असे आढळून आले आहे, व शाळेत ही डावरी मुलं इतर मुलाच्यापेक्षा अभ्यासाच्या व खेळण्याच्या बाबतीत जरा मागेच राहिलेची दिसून येतात. डावऱ्या मुलास उजव्या हाताने एखादा गोष्ट करण्यास लावू नका. जरबेने काहीं काळ ते मूल उजव्या हाताने साऱ्या गोष्टी करील, पण त्यानंतर एकदा का त्याने डाव्या हातानें काम केले की, त्याच्या उजव्या हाताचा काडीमात्रहि उपयोग होणार नाही. आपले हृदय

(५२) लग्नापूर्वी स्त्रीला आपल्या भवितव्याविषयी चिंता वाटते आणि लग्नानंतर पुरुषाला आपल्या भवितव्याबद्दल चिंता वाटू लागते.

डाव्या बाजूला ३ झुकलेल असत. डावी बाजू ही उजव्या बाजूपेक्षा जास्त भेद्य आहे. छातीच्या डाव्या बाजूला झालेली जखम ही तिच्या उजव्या बाजूला झालेल्या जखमेपेक्षा जास्त घातक असते. आपल्या मेदूचा डावीकडील भाग शरीराच्या उजवीकडील भागावर सत्ता गाजवितो व उजवीकडील शरीराच्या डाव्या बाजूवर. एखादे वेळेस मेदूचा उजवीकडील भाग जास्त कार्यक्षम झाल्यास साहजिकच डावीकडील भाग जास्त कार्यक्षम होऊं शकतो. डावखुरी मुल मोठी झाल्यावर इतर मुलापेक्षा जास्त लवकर शिकतात असे आढळून आले आहे.

पाण्यांतून हात बाहेर काढल्यास सुरकुत्या कां पडतात ?

आपल्या हातावर एका विशिष्ट पेशींचे आवरण असते. या पेशी पाणी शोषून घेऊन फुगतात व प्रसरण पावतात, त्यामुळे हातावर सुरकुत्या पडतात. या पेशी विशेषतः बोटाच्या टोकावर जास्त प्रमाणात असतात, त्यांना ' मृतपेशी ' असे नाव आहे. सोड्याच्या अगर क्षाराच्या पाण्यामुळे ही पेशी फुगण्याची क्रिया जलद होते व त्यामुळे हातावर लवकर सुरकुत्या पडतात पुष्कळ वेळी हातावरची सालटी गेलेलीहि आपल्या पाहण्यात येते. मृतपेशीची सख्या जास्त होऊन हातावरील बोटाच्या अगर तळव्याच्या कातडीतून ह्या बाहेर पडतात. हातास कुठल्याहि प्रकारचा त्राम होत नाही.

स्त्री-पुरुषांच्या झोपेतील फरक

पुरुष उताणे किंवा कुशीवर झोपतात व बहुधा सरळ पाय ठेवतात, स्त्रिया मात्र झोपताना पाय पोटाशी घेऊन व शरीर गोंलाकार करून झोपल्याचे आढळून येते झोपेत पुरुषापेक्षा बायका अधिक चळवळ करतात-पुरुषामध्ये घोरण्याचे प्रमाण अधिक आहे. स्त्रिया घोरताना क्वचित्च दृष्टीस पडतात. पुरुष उताणे निजल्याचे पुष्कळ वेळा आढळून येते, पण स्त्रिया क्वचित्च उताण्या निघालेल्या आढळतात. स्त्रियाना चटकन् झोप

(५३) आपल्यावर सोपवून दिलेले काम पार पाडण्यापेक्षां तें टाळण्याचें कामीच आपला मेदू खर्ची घालणे माणूस अधिक पसंत करतो.

लागते व जाग्याही त्या चटकन् होऊ शकतात, पुरुषांच्या बाबतीत या दोन्ही गोष्टी उशिराच होतात.

स्त्री-पुरुषांच्या स्वप्नांतील फरक

पाच हजार स्वप्नाचे विश्लेषण करितां असे आढळून आले आहे कीं, पुरुषांना स्त्रियाविषयी जितकी स्वप्ने पडतात. त्यांच्या दुप्पट स्त्रियाना पुरुषाविषयी पडतात. पुरुषाना पडणारी बहुतेक स्वप्ने उच्च चढण्याविषयी असतात. (उदा० नोकरी-धंद्यात वर चढत असतानाची, पर्वताच्या अगार इमारतीच्या शिखरावर चढत असल्याची). स्त्री-पुरुषांच्या स्वप्नांतील दुसरा फरक म्हणजे पुरुषाना स्वप्ने साध्या चित्रपटाप्रमाणे काळी-पाढरी दिसतात; तर स्त्रियाना ती बरीचशीं रंगीत (टेक्नीकलर) दिसतात. रात्री पडलेले स्वप्न पुरुषाना जागेपणी विशेष आठवत नाही; स्त्रियाना स्वप्नातील बऱ्याचशा गोष्टीची आठवण जागेपणी देता येते.

डोक्यावरील केस

डोक्यावर $\frac{3}{4}$ ते $1\frac{3}{4}$ लाख इतके केस असतात (टक्कल न पडलेल्या माणसास) सगळ्यात पिंगट रंगाचे केस अतीशय नलम ($1/600$ इंच व्यासाचे) असतात, तर सगळ्यात भरडे केस ($1/250$ इंच व्यासाचे) लाल रंगाचे असतात. केसाची वाढ वयोमान, शरीर-प्रकृति, वर्ण, आहार, हवा-मान इ. गोष्टीवर अवलंबून असते. केस कातरले असता विशेष जोराने वाढतात, असा समज चुकीचा आहे असे डॉ. पिन्सेस (अमेरिका) म्हणतात. केस विचरताना आधी बाजूला सुह्वात करून नंतर माथ्यावरील भाग विचरावा म्हणजे केस न गुन्तता लवकर मोकळे होतात. केस विचरताना साधारण विरळ दातांची फणी वापरणेच श्रेयस्कर असते.

होर्मोन्स म्हणजे काय ?

ज्या ग्रंथी शरीराच्या निरनिराळ्या अवयवांची वाढ करून त्यांना पूर्णता आणतात अशा आंतरिक स्रावमय ग्रंथींना होर्मोन्स (Hormones)

(५४) लुच्च्या माणसाचा गौरव करायचा असेल तेव्हां त्याला मुत्सद्दी असें म्हणतात.

म्हणतात. या ग्रंथीचा स्राव आपोआप रक्तात मिश्रित होत असतो. प्रमुख ६ ग्रंथीची स्थाने पुढीलप्रमाणे होत.

१) मेंदूच्या बुडाशी (Pitury Glands) स्मरण-शक्तिची तल्लखता, बुद्धिचा प्रखरपणा इत्यादि या ग्रंथीवर अवलंबून असतो.

२) मानेतील ग्रंथी (Thioryd & Parothioryd Glands) आवाजांत बदल होणे, कठ फुटणे इत्यादी गोष्टी या ग्रंथीवर अवलंबून असतात.

३) पोटातील ग्रंथी (Pancreatic Gland) शरीरपोषणाचें काय व्यवस्थित चालू ठेवणे, शरीराची झीज भरून काढणे इत्यादि गोष्टी या ग्रंथीच्या साहाय्याने चालतात.

४) मूत्रपिंडातील ग्रंथी (Adrenol Glands) शरीरांतील टाकाऊ पदार्थे पूर्णपणे बाहेर फेकणे व शरीरातील पाढऱ्या पेशीची वाढ करून त्याची बाह्य जतूशी झगडण्याची शक्ति वाढविणें.

५) पोटातील स्त्री-बीज ग्रंथी-स्त्री-बीजे निर्माण करणे.

६) वृषणातील प-बीज ग्रंथी (Endocrine Glands) तारुण्य सळ-सळणे, चेहऱ्यावर तजेला असणें, प-बीजें निर्माण करणे हे या ग्रंथीचें कार्य होय.

बालकाचें पहिलें वर्ष

१ ला महिना : २० तास झोपेत व स्तनपानांत. श्रवणशक्ति पूर्ण विकसित त्यामुळे आवाज झाल्यास मूल दचकते.

२ रा महिना : तोडाने आवाज करण्यास व हुंकार देण्यास सुरुवात, आवाज येईल तिकडे मूल तोड वळविते.

३ रा महिना : हातांत खेळणे दिल्यास घट्ट धरून ठवते, ओळखीच्या चेहऱ्याकडे पाहून मूल हसतें.

(५५) आजचें लोकमत = दीन-दुबळ्यांचें मत (कीं, ज्याला कोणी विचारीत नाही) + दुर्जनांचें मत (कीं, जें कुणाला विचारीत नाही) + विद्वानांचें मत (कीं, ज्यांत एकमेकांचा मेळच नाही).

४ था महिना : अधाराखेरिज मान धरून ठेवतां येईल. खाली ठेऊन निघून गेल्यास मूल रडू लागते.

५ वा महिना : समोर खेळणें घरल्यास हात पुढे करून पकडण्याचा प्रयत्न करते, मोठ्याने खदखदा हसणे.

६ वा महिना : मदतीशिवाय पालथे—उताणें होणें, हातातून खेळणे घेतल्यास भोकाडा पसरणे.

७ वा महिना : आधाराशिवाय बसता येणे, एका हातातील वस्तु दुसऱ्या हातात घेणे, भाज्या, फळे, मऊ भात आवडणें.

८ वा महिना : रागतां येणे, आपले आई-बाप व परकी माणसे यातील फरक ओळखणे.

९ वा महिना : कपातून दूब पिऊं लागेल. अगावरून तोडण्यास हरकत नाही. त्याच्याकडे दुर्लक्ष केल्यास ओरडेल, रडेल व रुसेलही.

१० वा महिना : एखाद दुसरा शब्द बोलता येऊं लागणे, हाताने कागद फाडणे, ठोकळ्यांची उतरंड पाडणे.

११ वा महिना : कशाला तरी धरून उभे राहण्याची खटपट करणे, पण पुन्हा खाली मात्र नीट बसतां न येणें. बिस्किटासारखे पदार्थ चावून खाणें.

१२ वा महिना : हात धरून 'चालचाल' केलें तर पाऊल टाकू लागणे, हाताने ताटलीतील भात चिवडून खाणे.

वरील गोष्टी सर्वसाधारण मुलांच्या बाबतीत नेहमी दृष्टीस पडणाऱ्या अशा आहेत. मुलास मुद्दाम कोणचीही शिकवण शिकवण्याचा प्रयत्न करूं नये.

हे मनुष्यास शक्य आहे

(१) मनुष्य झोपेवाचून ११५ तास, पाण्याविना २२ दिवस व अन्नाशिवाय ७५ दिवस राहू शकेल; परंतु श्वासोच्छ्वासाशिवाय फक्त २० मिनिटेच राहू शकतो.

(५६) पत्नी २० वर्षांची असताना आकर्षक दिसते, ३० वर्षांची असताना व्यवहारदक्ष असते अन् ४० वर्षांची झाली कीं हट्टी बनते.

- (२) तो पाण्याखाली ६ मिनिटे २५ सेकंद राहू शकतो.
- (३) तो २४८° फॅ. उष्णतामानात व शून्य अशाखाली १०३° से. हवामानातही तो राहू शकतो.
- (४) ७४ हजार फूट उंचीवर तो ऑक्सिजनशिवाय राहतो, तर पाण्यात ५०० फूट खोल जाऊं शकतो.
- (५) तो ५९ दिवसात ५६२५ मैल धाऊं शकतो, तसेच दररोज १६ मैल याप्रमाणे ५५ दिवसपर्यंत हातावर चालू शकतो.
- (६) सतत १२० तास तो सायकलवर बसू शकतो.
- (७) ३०८०० फूट उंचीवरून पॅराच्युटने तो खाली उडी मारू शकतो.
- (८) खांवावर १० दिवस, १४ तास, ५४ मिनिटे तो आसन माडून बसू शकतो.

तपमानाचा शरीरावर परिणाम

आपल्या शरीराचे तपमान १२ अंशानी कमी झालें तर आपल्यावर अनिष्ट परिणाम खास होतो; म्हणजेच नेहमीचें ९८.४° फॅ. तपमान ८६.४° फॅ. झाले तर माणसाचा श्वासोच्छ्वास व रक्ताभिसरण या क्रिया मदावू लागतात, त्यामुळे शरीरास प्राणवायूचा पुरवठा कमी होऊन, माणसाला झोप येऊ लागते, त्याची शुद्ध हरपते व या झोपेचा निकाराने प्रतिकार न केल्यास कायमची झोप लागण्याचा सभव फार आहे साधारण ६८° फॅ. या शरीराच्या तपमानाला माणसाच्या शरीरातील सर्व क्रिया (Reflexes) बंद पडू लागतात व मनुष्य मृतवत् होतो. काही माणसे आपल्या प्रकृतिमानाप्रमाणे याहीपेक्षा शरीराचे तपमान कमी असूनही जगू शकतात.

हाडांचा वळकटपणा

साधारणपणे माणसाच्या शरीरात २२२ लहानमोठी हाडे असतात. यामध्ये पायाच्या नळीचे हाड सर्वात मजबूत असून ते हाड २६०० पौडाचें वजन सहज सहन करू शकते. २० वडवाले ज्याच्यावर बसलेले आहेत

(५७) अतरी निर्मळ वाचेचा रसाळ । त्याचे गळां माळ असो नसो ॥

असा बंड स्टॅंड हे हाड आधारूंक शकते. शरीर व माड्या यांना जोडणारे जे कटिरबंध (Pelvic Ligaments) असतात, ते १००० पौडाचा भार सहज सहन करू शकतात. आपल्या शरीरातील साध्यात गुढ्याचा सांधा सर्वांत मजबूत आहे. हाडे कठीण व टणक असतात ही समजूत चुकीची आहे, हाडे बरीच लवचिक असतात. माणसाची कवटी जोराने दावली तर तिची रूंदी फुगण्यापूर्वी १० टक्क्यानी कमी होते. माणसामाणसात शरीरातील हाडाची संख्या कमी जास्त असू शकते.

शरीरांतील साखरेचें प्रमाण

निरोगी माणसाच्या शरीरात शे. ०.१० टक्के साखर असते. हे प्रमाण कमी झाले की, माणसाला अतिशय थकवा वाटू लागतो व जास्त होऊन शे. ०.१९ टक्के झाले की, मनुष्यात मधुमेह होतो. शरीरातील साखरेचे प्रमाण समतोल राखण्याचे कार्य 'इन्स्युलिन' हे द्रव्य करीत असते. ह्या द्रव्याचे प्रमाण कमी झाले की, अन्नातील शर्करेचे ज्वलन अपूर्ण होऊन लघवीवाटे शरीरपोषणास अत्यावश्यक असणारी साखर बाहेर फेकली जाते, अर्थात् अन्नातील शर्करेचे पूर्ण ज्वलन होणे अत्यावश्यक गोष्ट आहे.

मनुष्य झोपेत असताना

प्रयोगाती असे आढळून आले आहे की, झोपेत ऐकलेले विषय २० टक्के लवकर पाठ होतात. उशीत हेड-फोन ठेऊन शब्दमय सवाद, कविता वगैरे काही दिवस सतत ऐकविण्यात आल्यामुळे लवकर समजतात, असे सिद्ध झाले आहे. जाग न येईल अशा बेताने निजलेल्या माणसास उपदेशपर गोष्टी सांगितल्यास जागेपणी त्या उपदेशाचा परिणाम आपल्याला पाहावयास मिळेल. लहान जाणत्या मुलांसही तो झोपेत असताना त्याच्या कानापाशी त्याला सुधारण्यासाठी जर काही बोलले तर जागेपणी त्याच्या वागण्यात खात्रीने सुधारणा झालेली आपल्याला दिसू शकेल.

(५८) मोठ्या समजल्या जाणाऱ्या बायका २ प्रकारच्या असतात; कांही थोड्या जणी मोठ्या बायका असतात आणि बाकीच्या बहुतेक 'मोठ्यांच्या बायका' असतात.

वृद्धांच्या अंगावर पडणाऱ्या सुरकुत्या

प्रसरण पावणे नि आकुंचन होणे हा शरीरांतील स्नायूचा मुख्य घर्म आहे. जीवनसत्त्वाचा (Vitamins) अभाव, अतिशय कष्टमय जीवन, प्रदीर्घ आजार यांमुळे स्नायू थकतात व कातडीचा लवचिकपणा नाहीसा होतो. अशारीतीने कातडीतील स्निग्ध पेशी नामशेष झाल्याने कातडीचा घट्टपणा नाहीसा होऊन कातडीला थलथलीतपणा येऊन ती लोबू लागते. रबर जर सारखे ओढून सोडून देत गेले तर रबराचा स्थितिस्थापकपणा कमी होत जातो, तद्वतच वऱ्याच वर्षानंतर वृद्धांच्या कातडीतील स्निग्धता कमी होऊन कातडीला सुरकुत्या पडू लागतात.

चालावे कसे ?

चालताना छाती पुढे काढून व हाताना किचित् हेलकावे मिळत राहतील अशा बेताने चालावे. दर मिनिटास आपली १२० पावले साधारणपणे पडत असतात. २ पावलांमधील अंतर पुरुषांच्या बाबतीत २ फूट असते, तर स्त्रियांच्या बाबतीत ते बहुशः १।१ फूटच असतें. दररोज १२ ते १८ मैल चालण्याची शक्ति प्रत्येक माणसांत असते. दररोज निदान १।१/२ तास तरी चालणे मनुष्यास आवश्यक आहे. ऑपरेशनची जखम भरून काढण्यास अथरूणात पडून राहण्याऐवजी जमेल त्याप्रमाणे चालण्याचा व्यायाम घेतल्यास रुधिराभिसरण व श्वासोच्छ्वास याना उत्तेजन मिळून जखम लवकर भरून येते असे आढळून आलें आहे.

झोप कशी लागते ?

झोप येण्याचे वेळी प्रथम शरीराचे स्नायू शिथिल होतात, नंतर ज्ञानेन्द्रिये हळुहळू मद होत जातात. ज्ञानेन्द्रियांमध्ये प्रथम दृक्द्रिये निष्क्रिय होतात, नंतर घ्राणेन्द्रिय व मागाहून श्रवणेन्द्रिय याची कार्ये थांबतात व शेवटी स्पर्शेन्द्रियाला झोप येते. जागें होतांना वरील क्रमाच्या उलट्या क्रमाने माणसे जागी होतात. झोपेत हृदयाचे ठोके मंदावतात, साधारणपणे ७०

(५९) चंद्राप्रमाणे शहाणा माणूस आपली तेजस्वी बाजूच जगाला दाखवित असतो.

ठोके पडायचे ते झोपेच्या ६ व्या तासाला ५६ वर येतात व शरीराचें तपमानही कमी होते.

चेहऱ्यावरील मुरुमांचें कारण

मनुष्याच्या चेहऱ्यावरील त्वचेखाली एक प्रकारच्या ग्रंथीचें जाळें पसरलेले असते. जेव्हा लज्जेने, तारुण्याच्या धुदीने अगर विषयाच्या आसक्तीने चेहरा गरम होतो तेव्हा या ग्रंथीतून एकप्रकारचा पाढरटसर चिकट द्रव पदार्थ स्रवतो व त्याचा हवेशी सभध आल्यास तो काळा पडतो. रक्तवाहिन्याच्या वाटेत हा पदार्थ आल्यामुळे चेहऱ्यावरील कातडी फुगून चेहऱ्यावर मुरुमाचे फोड येतात. हे फोड फोडताच हवेने काळी झालेली 'बी' व आतील घट्ट झालेला द्रवपदार्थ, तर क्वचित् प्रसगी रक्तही बाहेर येते. हे फोड मुद्दाम फोडल्यास जरी लवकर बरे होत असले तरी चेहऱ्यावर त्याचा लहानसा व्रण अथवा डाग शिल्लक राहतो. साधारणपणें स्त्रियांत १५ ते २० व पुरुषांत १८ ते २३ वर्षांच्या कालावधीत चेहऱ्यावर मुरुमाचे फोड दिसण्यात येतात. फोड येणें ही नैसर्गिक गोष्ट असली तरी त्याचे प्रमाण अगदी मर्यादित पाहिजे.

स्नायूची शक्ति

आपल्या शरीरांत ६३९ स्नायू असून स्नायूचा एक चौरस इंचाचा तुकडा ५६ ते १०० पौंड वजन उचलू शकतो. वजन जास्त उचलता येणें बरेच वेळा सरावावरही अवलंबून असते. सर्व स्नायूमधे तोडातील चर्वण करण्याचे स्नायू फार ताकदवान असतात. माणसाच्या वजनाच्या दुप्पट वजन उचलता येईल एवढा या स्नायूचा जोर असतो. आपल्या शरीरात छाती व पोटां यामध्ये असलेल्या उदरपटल या स्नायूस सर्वांत जास्त काम पडते; त्यामुळेच आपली श्वासोच्छ्वासाची क्रिया चालू राहते. साधारणपणें ७० वर्षांच्या आयुष्यात $\frac{1}{2}$ महापद्म (Half billion) एवढ्या वेळा हा स्नायू प्रसरण व आकुंचन पावण्याची क्रिया करीत असतो.

(६०) माणसे दोन प्रकारची असतात, एक आज केलेलीं सत्कृत्ये उद्यां विसरून जाणारीं व दुसरी उद्यां कांही सत्कृत्ये करूं म्हणून कांहीच न करणारी.

आपली स्मरण-शक्ति

पुरुषापेक्षा स्त्रियाची स्मरणशक्ति जास्त असल्याचे आढळून आले आहे. साहचर्य हा स्मरणशक्तिचा पायाच आहे. एकएक ओळ १० वेळा वाचण्यापेक्षा सवध उताराच १० वेळा वाचल्याने तो जास्त चागल्याप्रकारे लक्षात राहू शकतो. पाठ करताना पाठ्य-विषयाची मध्यवर्ति कल्पना, त्यांतील हेतूचा क्रम व विचाराची माडणी इकडे लक्ष द्यावे. पाठातर एकच हप्त्यात न करिता अनेक हप्त्यात केल्यास अधिक लवकर ध्यानात राहते. सूत्ररूपाने पाठ्यविषय लक्षात ठेवणे ही पाठातराची सर्वात महत्त्वाची खुबी आहे. चांगली स्मरणशक्ति असणे ही पुष्कळांच्या बावतीत जरी दैवी देणगी असली तरी प्रयत्नानी स्मरणशक्तिची वाढ करणे खात्रीने शक्य आहे. सर्वकष स्मरणशक्ति हे कुशाग्र बुद्धीचे लक्षण आहे असे मानण्यात येते.

जेवतांना घेण्याची काळजी

- (१) हात, पाय, नाक, तोंड स्वच्छ धुऊन जेवावयास बसावे.
 - (२) वस्त्रांतर करून जेवावयास बसावे, सोवळ्याने बसावे, म्हणजे स्वच्छ कपड्याने बसावे, असा अर्थ येथे अभिप्रेत आहे.
 - (३) घरी जेवावयास बोलविले तर प्रथम पाव्हण्याना सुखात कारायला सागून मग आपण बसावे.
 - (४) जेवताना एकवार 'सावकाश जेवावे' या म्हणण्यापलीकडे आग्रह करू नये.
 - (५) जेवताना वरचेवर घासागणिक पाणी पिऊं नये. पाणी न पिणे उत्तमच.
 - (६) जेवण सुरू करताना आणि सपल्यावर परमेश्वराचे व अन्नदात्याचे स्मरण करावे.
 - (७) टाकण्याइतके अन्न कधीच पानात घेऊं नये.
 - (८) लोकांच्या घरी जेवण्यास गेल्यास पदार्थाचीं विनयाने स्तुति
-
- (६१) तुमच्या अगांत धैर्य नाही हे कबूल करावयास लाजू नका, बाकीच्याना तेवढेही धैर्य नसते.

करावी. न आवडणारी गोष्ट मनात ठवावी. चर्येने अगर शब्दाने उघड करूं नये.

(९) जेवण होतांना आनदात व गप्पात सर्वांनी भाग घेऊन जवण करावे.

(१०) अन्नात केस दिसल्यास दुसऱ्याला न दिसू देता बाहेर काढून, तो उडू नये म्हणून त्यावर पाण्याचे थेंब सोडावेत.

(११) जेवण झाल्यावर उठताना हातातील खरकटे इकडे तिकडे पडणार नाही अशी काळजी घ्यावी

(१२) पक्तिमध्ये आपण इतरासारखेच आहोत एवढें जाणून शांत चित्ताने जेवावे.

स्त्री-पुरुषांतील मूलभूत फरक

(१) स्त्रीची रंग-दृष्टि बरोच प्रगल्भ झालेली असते. स्त्री बाजारांत गेली तर अमुक रगाचे, अमुक रगाच्या किनारीचे, अमुक रगाच्या पदराचें, अमुक रगाच्या प्रिंटचेच कापड तिला हवे असते. रगाधत्व (Colour Blindness) स्त्रियामध्ये बरेच कमी आढळते.

(२) छहान मुलात मुलापेक्षा मुलगीच लवकर बोलायला शिकते. २ वर्षांच्या मुलीला त्याच वयाच्या मुलापेक्षा अधिक बोलता येते. नेहमीच्या व्यवहारातही पुरुषापेक्षा स्त्रीच जास्त बोलत असते. स्त्रीच्या तोडातून सतत बाहेर पडणारी शब्दगंगा अकून अर्भकानी लवकर बोलावयास शिकावें अशी परमेश्वराची योजनाच दृष्टीस पडते. (अर्थात याला थोडे अपवाद असणारच).

(३) बुद्धिमत्तेत स्त्री-पुरुषांत फारसा फरक नाही असें आढळून आले आहे. छहान असताना स्त्री जास्त बुद्धिमान असते तर मोठे झाल्यावर पुरुष जास्त बुद्धिवान झाल्याचें आढळते.

(४) स्त्रीचें शरीर पुरुषांच्या शरीरापेक्षा जास्त चिवट असते, त्यामुळे स्त्री-पुरुष या दोघाना होणाऱ्या समान रोगामध्ये स्त्रियापेक्षा पुरुषच अधिक

(६२) साऱ्या दुःखाचे खरे कारण जर कोणते असेल तर, आपण सुखी आहोंत का दुःखी आहोंत याची पंचाईत करीत बसण्याला मिळणारी सवड हेच होय.

मृत्युमुखी पडत असतात. वाळतपणाचा धोका स्त्रीच्या बाबतीत असूनही मृत्यूचे प्रमाण स्त्रियापेक्षा पुरुषातच अधिक असते.

(५) सर्वसाधारणपणे स्त्रीची आयुर्मर्यादा पुरुषांपेक्षा ५ वर्षांनी अधिक असते.

(६) बारिकसारिक रोग (डोकेदुखी, कसर, सर्दी इ.) स्त्रियांना दुप्पट प्रमाणात होतात. बायकांची दुखणीं सोडून दिली तर स्त्रिया पुरुषांपेक्षा १।५ पट अधिक वेळा आजारी पडतात. यातील बरीचशीं दुखणी (मनोदेहिक) Psycho somatic असतात.

(७) स्त्रीच्या शरीरात पुरूकळ चरबी असल्याने तिला कमी थडी वाजते. जेव्हा पु प थडीने काकडत असतो, तेव्हा स्त्री गरम कपड्याशिवाय मजत वावरते.

(८) स्त्रिया पुरुषापेक्षा अधिक भावनाप्रधान असतात, त्यामुळे तिच्या मनांतील वादळाचा परिणाम शरीरावर दिसून येतो.

(९) स्त्रीला पाहाटे लवकर जाग येते.

(१०) पुरुषाला बारिकसारिक कामे करण्याचा कटाळा असतो तो अंगमेहनतीची कामे करून मोकळा होईल. स्त्रिया बारिकसारिक कामेंच व्यवस्थितरित्या करू शकतात.

हात आपोआप वर जाण्याचा प्रयोग

भितीशी काटकोन करून उभे राहावे, व भितीला उजव्या अगर डाव्या दंडाच्या योगाने दाबून तो हात वर उचलण्याचा प्रयत्न करावा. प्रथम हात खालीच असावेत, व शरीराचा भाग हातावर न देता केवळ हाताच्या दडाच्या स्नायूच्या योगानेच जास्तीत जास्त भार भितीवर देत राहवें; काही वेळानें हाताच्या पंजास मुग्या आल्यासारखे वाटेळ, तरीसुद्धा असें दाबणे चालू ठेवावे, व नंतर एकदम भितीपासून बाजूला सरून जो हात दाबला तिकडे नजर ठेवावी, हात आपोआप वर चढत चाललेला

(६३) कांही स्त्रिया आपल्या नवऱ्यांचें 'आदर्श नवरे' करण्याकरितां एवढी खटपट करतात कीं, त्या गडबडींत स्वतः 'आदर्श पत्नी' बनण्याचें मात्र त्या सपशेल विसरून जातात.

आपल्याला दिसेल व आपल्या हातावर आपला तावा नसल्याचें आढळून येईल.

स्मरणशक्ति वाढविण्याचे पांच उपाय

(१) तुम्हाला ज्या गोष्टी लक्षात ठेव्णें अमेल त्या गोष्टी मनात पूर्णपणे ठसवाव्यात

(२) तुमच्या डोळ्यांसमोर असणाऱ्या गोष्टीशी त्याचे साहचर्य जमवा.

(३) पुन्हा पुन्हा त्याचे मनन व चिंतन करा.

(४) सूत्रवद्धतेत त्याचे रूपांतर करून सूत्र मात्र नेहमी डोळ्यांखाली घाला.

(५) वरचेवर त्याचा व्यवहारांत कसा उपयोग करता येईल इकडे लक्ष द्या, म्हणजे नकळत त्या गोष्टीचे स्मरण तुम्हाला सहजपणे होऊ शकेल.

मनुष्याच्या दीर्घायुष्याचे कारण

मनुष्याची आयुर्मर्यादा त्याच्या सभोवतालच्या परिस्थितीवर, हवा-मानावर व उद्योग-व्यवसायावर अवलंबून असते. दीर्घायुष्य हे अनुवशीक असते हें थोडें फार जरी खरें असले तरीपण विशिष्ट राहणीने व आचरणाने माणसास दीर्घायुषी होता येणे सहज शक्य आहे. जे स्त्री-पुरुष विवाहित आहेत, ज्यांना दीर्घायुषी पूर्वज लाभले आहेत, जे लठ्ठ नमून सडपातळ आहेत, म्हणजेच त्याचे वजन समतोल आहे, जे आचरणानी आटोपशीर (Moderate) आहेत ते सर्वसाधारण अधिक वर्षे जगू शकतात. शिक्षण, धडा व उद्योग याचाहि दीर्घायुष्याशी निकटचा संबंध आहे. शहरापेक्षा खेड्यातील माणसे, पुरुषापेक्षा स्त्रिया, कमी शिकलेल्यापेक्षा जास्त शिकलेले, रोजदारीच्या मजुरापेक्षा नोकरी करणारे मध्यम वर्गीय, अविवाहितापेक्षा विवाहीत, विधुरापेक्षा विधवा याना अधिक आयुष्य लाभते, असा अनेक विमा कंपन्याचा अनुभव आहे. टापटीपीची साधो राहणी, नियमित आहार, झोप व व्यायाम त्याचप्रमाणें विचारातील समतोलपणा (Balance) या सर्व गोष्टी मनुष्याचे आयुर्मान खात्रीने वाढवतात असा अनुभव आहे.

(६४) आयुष्याच्या लढाईत पुष्कळ वेळां नको असलेल्या अनेक तहावर माणसाला सही करावी लागते.

शरीरातील रक्तवाहिन्या

आपल्या शरीरातील रक्तवाहिन्याची संख्या अक्षरशः अगणित आहे. आपली विणण्याची सुई असते, त्या आकाराच्या पोकळ नळीत १००० केशवाहिन्या सहज मावतील एवढ्या त्या सूक्ष्म असतात. डोक्यावरील केशापेक्षा त्या ५० पटीनी बारीक असतात. कमीत कमी लांबी १/५० इंच असते. आपल्या शरीरात सर्व प्रकारच्या रक्तवाहिन्यातून साधारणपणे १० पिट रक्त वाहत असते. या रक्तात २॥ खर्व, ३२ महापद्म (३२ वर १२ टिबे) इतक्या लाल पेशी असतात, लालपेशी हाडाच्या गाभ्यात तयार होतात व १० ते २० आठवडे इतके त्याचे आयुष्य असते. रक्तातील लालपेशी हेमो सायटो-मिटरने मोजता येतात. एका केशनलिकेत थोडे रक्त घेऊन त्यांत रासायनिक द्रवपदार्थ टाकून २०० पट पातळ करतात, आणि त्यातील एका थेंबात किती पेशी आहेत हे बघतात. साधारणत ४० लाखापेक्षा कमी पेशी असल्यास ॲनिमिया आहे असे मानतात. श्वेतपेशी आपले शरीर आकुचन करून केशवाहिन्यातून बाहेर निसटून रोगाचे सूक्ष्म जंतू खाऊ शकतात.

तुमचे शरीर—गुणधर्म

तुम्ही चारचौघासारखे असला तर २४ तासात साधारणपणे १) तुमच्या हृदयाचे १०३६०८ ठोके पडतात, २) २३०४० वेळा तुम्ही श्वासोच्छ्वास करता, ३) ३ पौड अन्न तुम्ही खाता, ४) ४८०० शब्द तुम्ही उच्चारता, ५) तुमच्या ७५० प्रमुख स्नायूंची हालचाल होते, ६) तुमचे केश ००१७१४ इचाने वाढतात, ७) तुम्ही झोपेत २५ ते ३५ वेळा कुशी बदलता ८) आणि न कळत बरेच वेळा खोटे बोलता आणि एवढ्या गोष्टी होत असूनही तिकडे तुमचे बिलकूल लक्ष असत नाही, हे विशेष होय

(६५) सेवा कितीही मोठी असली; परंतु अहकार जर असला तर सेवेची किंमत कमी होते, उलट अहकाराचा छंद शून्य असेल तर लहान सेवाही मोठी होऊ शकते.

झोप लागण्याकरिता

- (१) खोलीत जरा अधार करावा. पटईवरून परतून आलेला दिव्याचा उजेड डोळ्यावर येऊं देऊं नये.
- (२) उसे उच करावे, साधारणत. मान व खाटा यामधे जेवढे अंतर असतें तेवढ्या जाडीची उशी घ्यावी
- (३) खरखरीत, गाठोळ्याची, अतिशय मऊ अगर झोळाची गादी नसावी.
- (४) शातता असावी, पण 'खुट्' वाजले की, ऐकू येईल इतकी नसावी, कारण मग आपण वाजलेले ऐकू येण्याची वाटच पाहून राहतो.
- (५) झोप येत नसल्यास डोळ्यावर थंड पाण्याची घडी ठेवावी, अगर निजण्यापूर्वी गरम पाण्याने स्नान करावे, टबबाथ घ्यावा अगर नुसते गरम पाण्यात १५।२० मिनिटे पाय बुडवून ठेवावेत.
- (६) निजण्यापूर्वी २ तास हलके जेवण घ्यावें.
- (७) प्रसन्न, मनमोकळ्या व थंड वातावरणात चटकन् झोप लागते.
- (८) झोपण्यापूर्वी कोमट दूध अगर कोको घेतल्यासही चागली झोप लागते.
- (९) विचाराना काबूत ठेवण्यासाठी विचाराची मोट आपल्या गुरूच्या, देवाच्या किंवा आवडत्या व्यक्तीच्या पायाशी बाधून ठेवावी, व त्या विचाराना तेथून हालू देऊ नये.
- (१०) आपले आवडीचे पुस्तक, मग ते अध्यात्मिक असो, शास्त्रीय असो, रहस्य-कथेचे असो, गोष्टीचे असो किंवा अभगाचे असो, त्यातील भाग नियमीत वाचल्यास खात्रीने झोप येते असा पुष्कळांचा अनुभव आहे.

मुलगा की मुलगी ओळखणे शक्य आहे कां ?

हे ओळखण्यास १०० टक्के खात्रीची कसोटी अजून सांपडली नाही, तरीपण गरोदर स्त्रीच्या ५ व्या महिन्यात तिच्या शरीरातील रक्तावरून बरेचसे बरोबर अंदाज बांधले जातात. ब्रिटनमध्ये ९० टक्के बरोबर असणारी खालील कसोटी केली जाते. ६ महिन्याच्या पुढील गरोदर स्त्री लिटमस

(६६) मन मोकळे सोडावे; पण जीभ मोकळी सोडू नये.

कागदाचा एक तुकडा १५ सेकद जीभेवर ठेवते, नतर तो बाहेर काढून वाळल्यावर सीलबद नळीतून डॉक्टरकडे पाठवायचा. सूक्ष्मनिरीक्षणाअति तो कागद जर जाभळट--करड्या रंगाचा झाला तर मुलगा व कागदाचा मूळचाच रंग फिककट होऊन राहिला तर मुलगी होणार असें समजले जाते. वात्स्यायनाच्या मताप्रमाणे गरोदरपणाच्या गेवटी गेवटी खालील चिन्हा-वरून मुलगा किवा मुलगी ओळखणे पुष्कळच वरोवर ठरते. गरोदर स्त्रीस मुलगा होणे असल्यास १) तिचा उजवा डोळा मोठा होतो अगर लवतो, २) चालतांना तिचा उजवा पाय पुढे येतो, ३) उजवा स्तन मोठा होऊन त्यातून प्रथम दूध येऊं लागते, ४) पुल्लिगी पदार्थांचे डोहाळे होतात, पुल्लिगी फळे दिसणे, स्वप्नांत पाढरी कमळे दिसणे, ५) स्तनाची मडले जाभळटसर होणें, ६) अगकाती व मुख प्रसन्न असूनही स्त्रीचा चेहरा ओढल्यासारखा दिसणे. याच्या उलट चिन्हें मुलीची समजावीत. गर्भ राहिल्यापासून दुसऱ्या महिन्यात गर्भ वाटोळा व घट्ट लागतो तो पुरुषगर्भ समजावा. स्तन मोठे, मधे खोलगट व दोन्ही बाजूस उचललेले हे चिन्ह जुळे होणाऱ्या मुलाचें असते.

स्नान कसें करावें ?

ज्याला शक्य असेल त्याने थड पाण्यानेच स्नान करणे अगदीं उत्तम थड्या पाण्याने स्नान केल्यावर ज्याला हुडहुडी भरते अगर थडी वाजते त्याला स्नान (थड पाण्याचे) मोसत नाही असे समजावे व थड पाण्याने स्नान केल्यावर ज्याच्या अगात उबदारपणा निर्माण होऊन हुपारी वाटते त्यास थड पाण्याची आघोळ सोसते असे समजावे. अशक्त प्रकृतीच्या माणसास अगास तेलाचे मालिश करून गरम पाण्याने स्नान करणे अतिशय फायद्याचें ठरते.

थड पाणी म्हणजे ७०° फॅ. पेक्षा कमी तपमानाचे, कोबट पाणी म्हणजे ७०° ते ८०° फॅ. तपमानाचे, गरम पाणी म्हणजे ८०° ते ९५ फॅ. तपमानाचें, कढत पाणी म्हणजे ९५° फॅ. च्यावर तपमान असलेले, अशी सर्वसाधारण

(६७) उच्चारावरून विद्वत्ता, आवाजावरून नम्रता व वर्तनावरून शील समजते.

विभागणी आहे. स्नान करताना सर्वांग खसखसून चोळणे आवश्यक आहे; त्याकरिता दगड अगर रबराचा खरारा वापरण्याची जरूरी नाही. आठ-वड्यातून एकदा शिकेकाईने आग घासणे (अधोळ करताना) सर्वात उत्तम. शिकेकाई वापरताना अगास प्रथम तेलाने मालिश करणे आवश्यक आहे. तीळ, खोबरे, उटणे वगैरेही ८-१५ दिवसातून एखाद वेळेस लावणे चांगले.

हात व पाय

१००० पुरुषांपैकी फक्त १६४ पुरुषाचे दोन्ही हात शक्तीन सारखे असतात १००० स्त्रियांपैकी ४६९ स्त्रियांचा उजवा हात डाव्या हातापेक्षा बळकट असतो. तर १००० पुरुषांपैकी ५९० पुरुषांचा उजवा हात अधिक बळकट असतो. दर १०० माणसात फक्त १० माणसांचे दोन्ही पाय सारख्या लांबीचे असतात शे ५० माणसांचा डावा पाय उजव्या पायापेक्षा किंचित् लांब असतो, तसे पाहता वरून आपल्याला काहीच समजून येत नाही स्त्री-पुरुषांच्या चालण्यात फरक असतो कारण स्त्रीच्या शरीराची घडण निराळी असते. स्त्रीचे कटीर (Pelvis) पुरुषांच्या कटिरापेक्षा रुंद असते, तिच्या दोन्ही मांड्यात पुष्कळ अंतर असते, त्याच्या पायाची लांबी त्याच उंचीच्या पुरुषांच्या पायाच्या लांबीपेक्षा कमी असते त्यामुळे पुष्कळ वेळा सारख्याच वयाचे स्त्री पुरुष शेजारी पाय सोडून वसले असता त्यांचे घड (डोके) एका पातळीत असते आणि तरीमुद्धा उंचीने पाहिल्यास पुरुष त्या स्त्रीपेक्षा बराच उंच असतो. स्त्रीचे पाय, कंबर व मांड्यांच्या विशिष्ट घडणीमुळे स्त्रिया चालू लागल्या की, त्यांच्या पाश्र्व-भागाला हेलकावे बसतात, तसेच एकेच ठिकाणी त्या बराच वेळ विनासायास बसू शकतात. पुरुषाला एकाच जागेवर बस म्हटले तर अवघडल्यासारखे वाटेल व सारखी चुळवुळ करू लागेल.

डोळ्याचे सौंदर्य

डोळ्याचा आकार, पापण्या, त्या एकमेकाशी जो कोन करून मिळतात तो कोन व भुवया यावर डोळ्याचे सौंदर्य अवलंबून असते. या सर्व गोष्टीत प्रमाणबद्धतेची फार आवश्यकता आहे. दोन पापण्यातील अंतर अधिक

(६८) वाघाप्रमाणे बळ असावे, पण वाघाप्रमाणे वागू नये.

असेल तर डोळे मोठे व टपोरे दिसतात, म्हणजेच सुंदर दिसतात; पण हें अतर फार असेल तर डोळे वटारल्यासारखे दिसतात. पुरुषाचे डोळे अधिक गोल व स्त्रियाचे डोळे अधिक लांबट असतात. पापण्याच्या नाकाजवळचा आणि बाहेरचा असे दोन्ही कोन एका सरळ रेषेत असतील तर डोळे सुंदर दिसतात. बाहेरचा कोन वर गेला तर डोळे चिनी किंवा मगोलियन-टाईप दिसतात. नेत्रगोलावर चरबीचे आवरण असते व त्या चरबीचा दाब नेत्र-गोलावर पडलेला असतो, ही चरबी कमी झाली की, पापण्या सुरकुतलेल्या दिसतात म्हणजेच वृद्धाच्या किंवा आजारी माणसाच्या डोळ्याप्रमाणे थिजलेले डोळे वाटतात. भुवया सुस्पष्ट रेषेसारख्या असल्या पाहिजेत. पेन्सिलीने काढलेल्या रेषेप्रमाणे व वक्र अशा भुवया सुंदर दिसतात. केसाळ भुवया चागल्या दिसत नाहीत; त्यामुळे चेहरा उग्र दिसतो व अशा भिवया एकमेकींना जोडलेल्या असल्या म्हणजे चेहऱ्याच्या उग्रतेत लबाडीची झाक मारते.

शरीरातील पेशी

आपले शरीर अनेक सूक्ष्म पेशींचे बनलेले आहे. त्यातील काही पेशी दररोज, दर मिनिटास, दर सेकंदास मरतात व तितक्याच नवीन उत्पन्न होऊन मेलेल्याची जागा भरून काढतात, असे सतत चाललेले असल्याने आपले शरीर जसेच्या तसे राहते. पेशींचे उत्पादन कमी झाल्यास मनुष्य म्हातारा होऊं लागतो. हवामान, अनुवशिकता, वाटचास आलेली परिस्थिति व स्वभाव यावर पेशींचे कमीजास्त उत्पादन अवलंबून असते.

चुबनाचा शास्त्रीय दृष्टीकोन

चुबन हे स्पर्शसुखासाठी घेतले जाते. प्रेम वात्सल्य व आदर हे तीन भाव चुबनाच्या आधारे दाखविले जातात. दान भिन्नलिगीय व्यक्ति ओठावर ओठ टेकवून आपल्या मनातील प्रेमभाव दर्शवितात. मोठी माणसें आपले ओठ लहान मुलाच्या गालावर टेकवून आपले वात्सल्य प्रकट करतात. तसेच पाश्चिमात्य देशात आदरणीय स्त्री-पुरुषाचे हात किंवा भाल-

(६९) श्रद्धेच्या बळावर मनुष्य विशेष कार्य करू शकेल असें नाही; पण श्रद्धेवाचून त्याला काही करतां येणार नाही.

प्रदेश यावर आपले ओठ टेकवून त्याच्याविषयीच्या गाढ आदराची भावना प्रकट करण्यात येते.

आपल्या ओठातील ज्ञानतंतू अधिक सवेदनाक्षम असल्याने भिन्नलिगीय व्यक्तित्वा ओठावर ओठ टेकताच त्याच्या मनोविकाराना अपूर्व चेतना मिळते. नेहमीच मनुष्याच्या छातीचे ठोके ७२ पडत असतात. पण चुबनामुळे हे ठोके १५ पर्यंत वाढू शकतात; त्यामुळेच वरचेवर दीर्घ चुबन घेण्यात आल्यास हृदयावर ताण पडून आयुष्य कमी होण्याची शक्यता असते, असे काही शास्त्रज्ञांचे म्हणणे आहे. स्त्रियांना चुबनाने पुरुषापेक्षा अधिक आनंद व सुख लाभत असल्याचे आढळून आले आहे. चुबनाच्या समयी एका व्यक्तित्वाच्या मूखांतून दुसऱ्या व्यक्तित्वाच्या मुखात जाणारे शे. १५ टक्के जंतू निरुपद्रवी असतात असे आढळून आले आहे. चुबन घेताना माणसाच्या शरीरात रासायनिक व सेद्रीय घटना एवढ्या वेगाने घडून येतात की, त्याचे डोके भिरभिरू लागते, मेदूखालील ब्रह्मग्रथी (Pituitary Glands) चेतवली जाते, या ग्रथीतून स्रवणारा रस मूत्रस्थ पिडातील ग्रथीना (Aarenol Glands) चेतना देतो त्याबरोबर ही ग्रथी दुसऱ्या अनेक रसायनाना रक्त-प्रवाहात सोडून देते; आणि यानंतर शरीरात विजेच्या वेगाने गोष्टी घडून येतात रक्ताचा दाब एकदम वाढतो, नाडी जलद घेऊ लागते, हृदय जोराने स्पंदन करते, त्वेचेतील रध्ने खुलीं होऊन घामाचे थेंब बाहेर पडू लागतात. रक्तातील पाढऱ्या पेशी विरघळू लागतात. चुबनाचा आवेग 'ऑस्कलोमीटर' या यंत्राने मोजतां येतो. साधारणपणे तरेण माणसाच्या चुबनाचा आवेग १००० ओहम् इतका असतो प्रेमशून्य चुबन अगर बळ-जबरीने घेतलेले चुबन यापासून स्त्रीला कांहीही लाभ होत नसून उलट तिच्या मनात त्याबद्दल घृणा उत्पन्न होते. चुबन हे दोघाच्या भावनाना आलेला कढ आहे. "मरण सोसावे परि पहिले चुबन घ्यावे-" इति गडकरी. उचकी का येते ?

पोट व छाती याच्या दरम्यान जो एक लवचिक पडदा असतो तो उत्तं-जित झाल्याने आपल्याला उचकी लागते हा घुमटाकार पडदा किंवा स्नाय-

(७०) रात्री शांत झोप येणे ही सहज घडणारी गोष्ट नाही, त्यासाठी सबध दिवस प्रामाणिकपणे कष्ट केले पाहिजेत.

मय अतर्पाट आपोआप आकसत असतो व ढिला पडत असतो. असा क्रम दर मिनिटास १८ वेळां चालत असतो. अन्तर्पाट आकसला जातो-म्हणजे सपाट होतो, यामुळे निर्माण झालेली छातीतील पोकळी भरून काढण्यास बाहेरील हवा छातीत घुसते, म्हणजेच आपण श्वास घेतो. हा अतर्पाट सैल झाला की, वर उचलला जातो व त्या सरशी हवा छातीबाहेर लोटली जाते, म्हणजेच आपण श्वास टाकतो. आतां कांही कारणाने भलत्याच वेळी अन्तर्पाट डिवचला गेला तर तो खपकन् आकसतो व बाहेरील हवा दणक्याने आंत घुसू लागते आणि नेमक्या याचवेळी जर चुकून श्वासनलिकेवरील झाकण बंद झाले तर ती हवा झांकणावरच गपकन् आदळते व 'उच्' असा आवाज निघतो हीच ती उचकी. इंग्रजीत हिला 'हिक् कफ' असे म्हणतात. काही कारणामुळे, उदा०-पोटास तडस लागली असता किवा कढत, मसालेदार झणझणीत पदार्थ खाल्ल्यावर नसा चेतविल्या जातात व अप्रत्यक्षरीतीने अंतर्पाटाला चिमटा घेतल्यासारखे होतें. पुष्कळ वेळा साधें अपचन, अगर पोटात वायू धरणे किवा अपेडीसायटोस, मधुमेह, प्ल्युरिसी, मूत्रपिंड-दोष इत्यादीमुळेही उचकी वारंवार लागू शकते. कांही लोक तर उचकीमुळे अगदी हैराण होऊन जातात. अशावेळी 'क्लोरोप्रोमॅडीन' चें इंजेक्शन देऊन उचकी थांबविता येते. आपल्याकडे उचकी आल्यास कोणी आवडता माणूस आठवण काढतो आहे असे सांगण्यात येते, पण त्यांत कांहीहि तथ्य नाही एखाद वेळेस उचकी आल्यास तोड वर करून २।४ घोट पाणी प्यावे म्हणजे खात्रीने उचकी थांबू शकते. खालील उपायही करण्यात येतात. (१) पोट, कानावर (छातीच्या व पोटाच्या बेचकेंत) पलिस्वर लावणे, (२) कानाचें पाळे चिमटणें, (३) पोटावर आवळून बँडेज बांधणे, (४) सिगल-बारवर लोबकळणे, (५) थोडा खायचा सोडा पाण्याबरोबर घेणे, (६) कानात बोटे घालून पाणी पिणे. (७) जीभेच्या मागील बाजूवर मिठाची चिमटी ठेवणें (८) जीभ बाहेर खेचणें, (९) नाकात पिसाने गुद्गुल्या करणे, (१०) छाती-गळघावर शेक-लपेटा करणें.

(७१) अनुभव हा मोठा विचित्र शिक्षक आहे, तो प्रथम परीक्षा घेतो व नंतर शिकवितो, हेच त्याचे वैशिष्ट्य आहे.

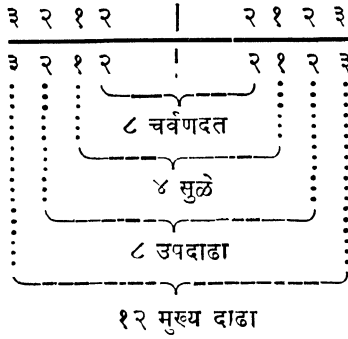
रक्त व लालपेशी

आपल्या अगातील रक्तवाहिन्यातून फिरणारे रक्त नेहमीच सारखें नसतें; तर ते कमी जास्त होत असते. उभे राहिले असता रक्त कमी होते; कारण अधिक रक्तजल (रक्तातील पाण्याचा भाग) शरिरातील अवयवात जाते, त्याचप्रमाणे रक्तदाब झाल्यास रक्त कमी होते आणि रक्तदाब वाढल्यास रक्त वाढते साधारणपणे रक्तातील ४५ ते ५० टक्के भाग रक्तपेशी असून बाकीचा भाग रक्तजल असतो. रक्ताचा थेंब स्लाईडवर धरून सूक्ष्मदर्शक यंत्राखालीं धरल्यास (१) तांबड्या पेशी गोल दिसतात, (२) पाढऱ्यापेशी ओबड धोबड आकाराच्या दिसतात व (३) प्लेटिलेट्स् सूक्ष्म ठिपक्याप्रमाणे भासतात. एका घन मिलिमिटरमध्ये (टाचणीच्या शेड्याइतक्या जागेत) लालपेशी ५५ लाख; पाढऱ्यापेशी ९ हजार असतात मनुष्याच्या सर्व रक्तात मिळून (२५०००,०००,०००) रक्तपेशी असतात. समुद्रसपाटीवर राहणाऱ्या माणसापेक्षा १३ हजार फूट उंचीवर राहणाऱ्या माणसाच्या शरिरातील रक्तपेशीची संख्या दुप्पट असते असे आढळून आले आहे.

आपल्या दांताची रचना

शरिराच्या कातडीचे २ थर असतात. १) बाह्यत्वचा (Epidermis) व २) अतर्त्वचा (Dermis). बाह्यत्वचेपासून नखे, केस, पिसे व शिगे ही तयार होतात, व अतर्त्वचेपासून दात तयार होतात. हिरड्या म्हणजे अतर्त्वचेचेच रूपांतर होय. सांगितले तर आश्चर्य वाटेल, पण गेड्याच्या नाकावरील शिग हे एक प्रकारच्या केसाचेच रूपांतर होय. मनुष्यप्राण्यात वर १६ व खाली १६ असे बत्तीस दात असतात, त्याची रचना खालील प्रमाणे असते .

(७२) जो स्वतःस जगांत कनिष्ठ समजतो, त्यालाच जग श्रेष्ठ पुरुष म्हणून ओळखते.



पुढे दिसणारे खालील ४ व वरील ४ मिळून ८ हे छेदक अथवा चर्वण-
दंत (Incisors) होत. नंतरचे खालचे २ व वरचे २ मिळून ४ हे मुळे
होत (Canine) त्यानंतर खालच्या ४ व वरच्या ४ मिळून ८ उपदाढा
होत (Bicuspid) व शेवटच्या १२ दाढा या मुख्य दाढा (Molars)
होत. दुधाचे दात २० असतात, त्यामधे मुख्य दाढा नसतात.

घ्राणेंद्रियाचें कार्य

आपण शहराबाहेर असलो तर प्रत्येक श्वासाबरोबर १२॥ कोटी
धूलिकण नाकात घेतो, शहरात तर ही सख्या अधिकच भरते. माणसाने
एखाद्या खोलीत जर चिरुट ओढला तर चिरुट सपल्यावर ती खोली ४
खर्व कोळशाच्या कणानी भरून जाते. आपल्या श्वासोच्छ्वासातून आत
शिरूं पाहणाऱ्या या धूलिकणाच्या प्रचंड सख्येशी मुकाबला करण्यास
आपल्या नाकातील केस कारणीभूत होत असतात. या रीतीतें माणसाचें
नाक त्याच्या आयुष्यात ४५ पौंड धूळ आडवून नंतर ती बाहेर फेकून देते.
पिाच्या गिरण्या, कापडाच्या गिरण्या, खाणी ह्यामधून काम करणाऱ्या
कामगाराची नाके तर १०० पौंड धूळ आडवून ती फेकून देण्याचे कार्य
अविरत करीत असतात.

(७३) माणसाला एकाच गोष्टीने निश्चित जिकता येते,
सत्तेने नव्हे, संपत्तिने नव्हे, तर सेवेनेच.

स्नायूच्या हालचाली

आपण रोज सरासरी २० हजार पावले चालतो, या हिशोबाने ५० वर्षांच्या आयुष्यात आपण १/२ महापद्म पावले (५ वर ३१ पूज्ये) चालतो. एवढ्या पावलान पृथ्वीला ६ प्रदक्षिणा घालता येतील; केवढे हें स्नायूंचे सधे कार्य ! प्राणायामाने उदरपटल या स्नायूवर (छाती व पोट यामधील) तावा मिळवून व त्याची क्रिया बंद ठेऊन सरावाने माणूस पाण्याखाली ४॥ मिनिटे देखील राहू शकतो. व्हायोलिन-वादक एका सेकदाला हातातील स्नायूच्या १० हालचाली करतो, तर बोलण्याकरिता लागणाऱ्या स्नायूची हालचाल मनुष्य सेकदास ३५ या प्रमाणे करित असतो. माशीच्या पखाची हालचाल सेकदास ६३० इतकी असते व हे हालचालीचे सर्व कार्य स्नायू-कडूनच मुख्यत. घडून येते

शरीरातील पाचकरसाचे सामर्थ्य

साध्या कोबडीच्या अड्यातील प्रोटिन्स प्रयोगशाळेत विरघळविण्यास त्यात प्रथम नेहमीच्या दसपटीने तीव्र असे एखादे अॅसिड मिश्रीत करून तें मिश्रण जेव्हा २० तास सारखे उकळत ठेवावें तेव्हा कुठे ते प्रथिन (प्रोटिन्स) पचते, म्हणजे विरघळून जाते, परंतु शरीरात अवघ्या २-३ तासांच्या अवधीत व शरीराच्या नेहमीच्या तपमानाला ते पचून जाते. ही किमया शरीरातील 'पेप्सीन' नावाचे जीवन-रसायन बीनबोभाट करित असते. असे आढळून आले आहे की, कोबडीला साध्याची पावली जर गिळायला दिली व १५।२० मिनिटाने कोबडीस कापले तर ती पावली केव्हाच विरघळून गेलेली दिसेल, एवढे तीव्र रसायन ती कोबडी निर्माण करू शकते हे विशेष होय

मानेने होकार व नकार देणे

आपण 'हवें' असे उत्तर देतांना वरखाली मान करतो व 'नको' असे उत्तर देताना आडवी मान फिरवितो. शास्त्रज्ञांच्या मते माणसाची पशु-कोटीतील शिल्लक राहिलेली ही एक संवय आहे. वासराला दूध प्यायचे

(७४) सावणच वर्षानुवर्षे अघोळ न करतां राहू लागला तर त्याला पाणी काय करणार !

असले म्हणजे वरखाली मान करून पिते आणि त्याला नको असले म्हणजे नुसती इकडून तिकडे गाईच्या स्तनापासून दूध न पिता मान वळविते, निर-निराळ्या खुणा करण्याकरिता हाताच्या बोटाचाही आपण किती तरी वेळां उपयोग करून घेत असतो.



(७५) श्रीमंत बाईची समाजसेवा, वेश्येचे प्रेम व पावडरीचें गोरेंपण या गोष्टी अल्पकाल टिकणाऱ्या असतात.

कावळ्यासारखी काकदृष्टि येण्यास

कावळ्याचे अडे फोडून त्यात एक फडके भिजवून ते वाळवावे. वाळल्यावर ते पेटवून त्याच्या ज्योतीवर काजळ धरावे. लहान मुलाच्या डोळ्यात हे काजळ घातल्याने डोळ्याची दृष्टि चागलीच सुधारते. तसेच तळावलेल्या डोळ्यावर, पाणीदार व काळेभोर डोळे होण्यास हे काजळ फारच गुणकारी आहे, असा पुष्कळांचा अनुभव आहे.

चेहरा टवटवीत करण्यास

दिवसभराच्या श्रमाने थकून गेल्यास अगर दमलेल्या चेहऱ्याने समारंभास वगैरे जाणे असल्यास बर्फाचा लहान तुकडा घेऊन रूमालात धरून चेहऱ्यावर सगळीकडे चोळा. थोड्या वेळातच चेहऱ्याच्या त्वचेखालील रक्तप्रवाह उत्तेजीत होईल व रक्त सर्वकडे खेळल्याने त्वचा टवटवीत होऊन १-२ तास सहज टिकून राहिल. बर्फ न मिळाल्यास माठातले थंड पाणी चेहऱ्यावर शिपकावे व चेहरा स्वच्छ पुसून काढावा. त्वचेत सजीवपणा येऊन दुषारी वाटते.

अतिशय थकवा आल्यास

यावर अतिशय सोपा उपाय म्हणजे साखरपाणी घेणे. शारीरिक झीज भरून काढण्यास साखरेसारखी उपयोगी वस्तु नाही. पित्ताशयाच्या विकारावर, मानसिक धक्का बसलेल्या माणसाना, प्रसूतिनंतर येणाऱ्या थकव्यावर, गर्भवती स्त्रियांना होणाऱ्या वात्या यावर साखर फारच गुणकारी आहे. जरूर उपयोग करून पहावा.

(७६) काय लिहावे यापेक्षां काय लिहू नये हे ज्याला समजते तोच खरा लेखक होय.

लिपस्टिकच्या अँवजी

तांबडे ओठ होण्यास लिपस्टिकच्या अँवजी आक्रोडाच्या झाडाच्या सालीचा एक बोटभर तुकडा घेऊन तो रात्री पाण्यात भिजन घालावा, सकाळी तो चावून ओठाना चोळावा, त्यामुळे दात स्वच्छ होऊन ओठ लाल होतात. पजाबात या सालीस “ ददासा ” म्हणतात. काहीना ओठावरून सारखी जीभ फिरविण्याची वाईट सवय असते. अशाने ओठ लाल तर होत नाहीतच उलट ते खरखरीत होऊन काळसर बनतात. नैसर्गिक लाल ओठ असणे हे उत्तम तव्येतीचे लक्षण आहे

स्त्रियांच्या ओठावरील लव घालविण्यास

निसर्गनियमाप्रमाणे पुढपाच्या बाबतीत ओठावरील लवेचे दाट व काळ्या केसात (मिशात) रूपांतर होते; परंतु स्त्रियांच्या बाबतीत काही शारीरिक विकृतिमुळे, अनुवशीक कारणाने, ग्रंथीचा काही कारणाने क्षोभ झाल्यास ही लव प्रौढ वयात तशीच राहून विद्रुप दिसते व सादर्यहानी होते. यावर केशनाशक सावु फारच अपायकारक होय चिमट्याने डॉक्टरांच्या साहाय्याने हे केस उपटणे शक्य आहे, परंतु काहीच्या बाबतीत ही केसांची वाढ उलट जोरात सुरू होते. यासाठी उत्तम उपाय म्हणजे केसाना वर्णहीन करणे. गोऱ्या वर्णाला काळे केस विशोभीत दिसतात, ते रंगहीन झाल्याने मुळी दिसूनच येत नाहीत विशेष.

हैड्रोजन पॅरॉक्साईड (६ टक्के द्राव).....२ चमचे.

लिकर अमोनिया..... २-३ थेंब.

वरील दोन्ही द्राव एकत्र करून त्यात एक स्वच्छ फडके बुडवून तो द्राव ८।१० वेळा ओठावरील केसाना लावावा म्हणजे केस वर्णहीन होतात. एकावेळी झाले नाहीत तर काही दिवसांच्या अंतराने पुन्हा लावावे. त्वचेचा रंग पाढरा होत आहे असे वाटल्यास लिवाचा रस घेऊन त्या जागी लाऊन पाण्याने तो भाग धुऊन काढावा. पायावरील केसासाठी हैड्रोजन पॅरॉक्सा-

(७७) दाता गरीब असला तरच त्याला दानातले खरे सुख कळते.

ईडचा १० टक्के द्राव वापरावा. अशारीतीने केसांना वर्णहीन करून चेहऱ्याची विद्रुपता पुष्कळच कमी करता येते.

दृष्टि सुधारण्यास

रोज सकाळी व रात्री झोपण्यापूर्वी थंड पाण्याने डोळे धुवावे. Eye glass किंवा लहानसे भाडे अगर वाटी घेऊन ते थंड पाण्याने ओघळून जाईपर्यंत भरावे व मग त्या पाण्यात एक एक डोळा बुडवून डांढ्याची उघडझाप करावी; अशा रीतीने दोन्ही डोळे धुवावेत. पाण्याऐवजी शे. ४ टक्के वोरिक अॅसिडचा द्राव वापरल्यास चांगले; अथवा स्वच्छ पाढरे मीठ खाण्याचा सोडा, वॉरॅक्स व ग्लिसरीन प्रत्येकी १ भाग घेऊन त्यात सुमारे ३०० भाग डिस्टील वॉटर (वाफेचे पाणी) घालून त्याचे द्रावण करून ठेवावे व रोज थोडे थोडे वापरावे. डोळ्यांना पुरी विश्रांति देण्यास मधुन मधुन हाताच्या दोन्ही तळव्यांनी डोळे झाकावेत. या क्रियेने दृष्टीवरील ताण कमी होऊन तिला चांगली विश्रांति मिळते.

केस गळणे—टक्कल पडणे—केस काळे करणे

केस गळण्यावर अगर टक्कल पडल्यास मधामधे गुजेचे पीठ खलून त्याचा डोक्यावर लेप करावा; किंवा हस्तिदंत जाळून चांगला कुटावा व त्याचा मधातून लेप करावा.

जेपाळाचे बी व सावराचे शिग (घट्ट उगाळून घेणे) यामधे तिळाचे तेल घालून उकळावे व दररोज लावावे, केस गळणे खात्रीने थावते, तमेच पिगट रगाचे केसही खात्रीने काळे होतात.

गाईच्या दुधात तिळाचे फूल व गोखरू वाटून केसांना ७ दिवस लेप दिल्यास केस गळण्याचे थाबून वाढूही शकतात. लिंबाचे तेल ४० मासे रोज पिईल व असे महिनाभर केल्यास केस हळुहळू काळे होतात असा अनुभव आहे.

चेहऱ्यावरचे मुरुम, पुटकुळ्या व डाग नाहीसे करण्यास

(१) रात्री दूध व लिंबाचा रस किंवा दूध व हळद चेहऱ्यास नीट

(७८) नियम अगदी थोडा असावा, पण तो प्राणापलिकडे जपावा.

चोळून निजावे. सकाळी उठल्याबरोबर थड पाण्याने व सावणाने चेहरा स्वच्छ धुवावा. हळदीमुळे पिवळे डाग पडण्याचा सभव असल्याने कपड्यांना जपावे.

(२) वेखड, सावराचे शिग व धने वाटून त्यांचा ३ दिवस मुखास लेप दिल्यास तोडावरच्या पुळ्या नाहीशा होतात.

(३) सावरीच्या काट्याचे पीठ करून दुधांत कालवून मुखावर लेप द्यावा.

(४) अड्याचा पिवळा बलक घेऊन त्यात थोडे बदामाचे तेल व लिंबाचा थोडासा रस घालावा. हे मिश्रण खूप ढवळून एकजीव केल्यावर गरम पाण्याने तोड पसून काढून वरील मिश्रणाचा १५।२० मिनिटे चेहऱ्यावर लेप द्यावा. नंतर कोवट पाण्याने लेप काढून चेहरा थड पाण्याने स्वच्छ धुवावा.

(५) तीळ, जिरे, शहाजिरे व शिरस दुधात वाटून मुखास ७ दिवस लेप करावा सकाळीं चेहरा स्वच्छ धुऊन काढावा.

घरगुती सौन्दर्य-प्रसाधनें

(१) चेहऱ्यावरील त्वचा नितळ व तकतकीत राखण्यास, तसेच चेहऱ्यावरील डाग घालविण्यास दही किंवा दूध यात लिंबाचा रस टाकून ते चेहऱ्यावर मुरेपर्यन्त चोळावे व त्यानंतर थड पाण्याने धुऊन टाकावे.

(२) शरिराची त्वचा मऊ व तुकतुकीत राहण्यास आठवड्यातून एकदा तिळाच्या किंवा ऑलिव्ह तेलाने सर्वांगास मालिश करावे अर्धा तास तेल त्वचेत जिरल्यावर गरम पाण्याने स्नान करावे. जसजसे तेल अगात जिरते तसतसे त्वचेतील मृतपेशी मोकळ्या होतात व स्नान करताना निघून जातात.

(३) मोठेपणी अगावर फारशी लव दिसू नये म्हणून लहानपणीच हळदीचा लेप चोळण्याचा नियम ठेवावा. कपड्याची मात्र काळजी घ्यावी.

(४) डोळ्यांना तजेला आणण्यास तसेच डोळ्याच्या लालीवर काकडीच्या गोल पातळ फोडी करून दोन्ही डोळ्यावर ठेऊन १५ मिनिटे स्वस्थ पडून राहावे.

(७९) आधी आपण चुकतो नि मग जग चुकते.

(५) उन्हाळ्यात येणाऱ्या घामोळ्यावर चदनाचे गंध उगाळून लावावे त्यामुळे फार फायदा होतो.

प्राणी राग कसे दर्शवितात ?

कुत्रा शेंपूट हालवून आनंद दर्शवितो तर माजर तशीच शेंपटी हालवून लागले की, सतापले आहे असे समजावे. माजरे व कुत्रीं भय वाटले म्हणजे मागल्या पायान शेंपूट घालतात गाई, बैल वगैरे आपले शेंपूट पाठीच्या कण्याच्या किचित् वर उचलून राग दर्शवितात, हत्ती आपले शेंपूट अगाव आपटून व कान हालवून राग दर्शवितो, तर घोडा रागावला म्हणजे कान ताठ करून मागे कलते करतो. पक्षी रागावला म्हणजे शेंपूट पसरतो आणि आनंदला म्हणजे उभारतो. देवमासे पाण्यावर शेंपटीचे तडाखे हाणून राग दर्शवितात.

गर्दभराजाची बुद्धिमत्ता

गाढव ज्या ठिकाणी एकदा ठेचाळून पडले अगर घसरले असेल त्या ठिकाणी ते पुन्हा कधीही जाणार नाही. गाढव लोळले तर कोरडी जाग पाहून लोळले. दमट, ओलसर, चिखल असलेल्या जागेत कधीही लोळणा नाही. गाढव अस्वच्छ व गढूळ पाणी कधीही पीत नाही. गाढव आपल्या धन्याला दुरून वासावरून ओळखते. गाढवाची स्मरणशक्ति फार विलक्षण असते. एकदा चाललेला रस्ता ते कधीही सहसा विसरत नाही. गाढवाचं दृष्टि फार तल्लख असते व घ्राणेद्रिय व कर्णेदिये ही तीक्ष्ण असतात धन्याने कसेही वागविले तरी धन्याला खर्चित न टाकता ते धन्यावर प्रेम करत असते खरच त्या प्राण्याचे नाव गाढव असे पडले म्हणून तर नाहं माणूस या प्राण्याच्या नावाचा व्याजोक्तिने उपयोग करीत ? लंबकर्ण हे गाढवाचा दोष नाही, मग गाढवासारख्या गरीब व मेहनती प्राण्याव माणसाने का बरे वृथा नाक मुरडावे ?

धन्य ती गोगलगाय !

गोगलगाईच्या अड्याची जीवनशक्ति इतकी विलक्षण आहे की, भट्टी

(८०) पुष्कळ पैसे मिळणे हे भाग्य नसून समाधान ही खरं भगवताची देणगी आहे.

घालून ती जळत जळत दिसतात न दिसतात इतकी बारिक झाली तरी-सुद्धा थड पाण्यात टाकली की, ती पुन्हा जशीच्या तशी होतात, व पिल्ले सुरक्षित बाहेर येतात; जणू त्यांना काहीच धक्का लागलेला नाही. थडीत-सुद्धा त्याचेवर काहीच परिणाम होत नाही बर्फात ठेऊन गोठू दिली तरी-सुद्धा बर्फ वितळल्यावर ती जशीच्या तशी कायम असतात. खरोखरच अशा अडचाना जन्म देणारी गोगलगाय धन्यच होय!

महासागरातील मासे

३०००० फुटापेक्षाही जास्त खोल असणाऱ्या पॅसिफिक महासागरात पहिले २०० फूट जाणारे सूर्याचे किरण सोडून दिल्यास उरलेल्या २८८०० फुटात अत्यंत दाट काळोखाचें साम्राज्य चालू असते. तरीसुद्धा कांही माशांच्या अगातून अनेक सूक्ष्म जंतूंच्या पृष्ठभागावरून व पाण्यातील कित्येक वनस्पतीमधून शात, मद हिरवा प्रकाश सतत उत्सर्जित होत असतो. पॅसिफिक महासागराच्या मध्यभागी सहारासारखे मोठे वाळवंट आहे तर कॅलिफोर्नियाच्या किनाऱ्यास लागून आफ्रिकेच्या जगलासारखे धनघोर आरण्य आहे. या जगलात असख्य जातीचे प्राणी, सर्प व मासे सापडतात. प्रत्येक जातीच्या प्राण्याचे महासागराच्या एका ठराविक पातळीवर वास्तव्य असते. त्याच्या बाहेर गेल्यास त्यांना समुद्रातील पाण्याचा दाब असह्य होऊन ते गतप्राण होतात. पाण्याच्या एका विशिष्ट पातळीतून दुसऱ्या पातळीत त्या प्राण्यांना जाता येत नाही, मात्र जेव्हा एखादा प्राणी, सर्प अगर मासा मरतो तेव्हां वरच्या पातळीतून खालच्या पातळीत तें मडे जाते व खालच्या पातळीवरील प्राण्याचे ते मडे एक प्रमुख खाद्य बनून जाते. अशारीतीने महासागरातील प्राण्याचा चरितार्थ चालतो.

समुद्रांतील अन्न

आज एकूण होणाऱ्या मच्छिमारीत १/५ मासे हे गोड्या पाण्यांतले असतात. जगाचा ३/४ भाग समुद्रानें व्यापला असून जमिनीपेक्षा त्यांत प्रचंड अन्नसामुग्री आहे. सागरी-माशांचे १६००० जात अस प्रकार आहेत;

(८१) विद्वान् व श्रीमंत या दोघांनी जगाला फसविले आहे.

ज्ञा. शि. ६...

परंतु त्यातील २०० प्रकाराचाच आपण उपयोग करून घेत आहोत. दरसाल २ कोटी, ५० लक्ष टन मासे मानवी आहाराकरिता पकडले जातात, तरीपण तेवढे मासे जगातील निम्या रहिवाशानाही पुरेसे होत नाहीत. १ एकर शेतातील उत्पन्नापेक्षा १ एकर तलावात खात्रीने जास्त प्राप्ति मिळू शकते

पर्जन्यसूचक प्राणी

पाऊस पडू लागण्याच्या आधी १) मुग्याची राग तोडात माठविलेले अन्न व अडी घेऊन दुसऱ्या घरी बिऱ्हाड नेताना दृष्टीस पडतात २) मुग्यांना (विशेषतः मुग्याच्या राणीस) पख फुटतात ३) चिमण्या आपली अगे मातीत खुपसून खेळू लागतात. ४) सरड्याचा रंग बदलतो. ५) मोर नाचू लागतात. ६) पाकोळ्या आपले पख पसरून गवतावर बसतात, त्यांचे परिभ्रमण सुरू होऊन ववचितप्रसंगी त्यांच्या पखाचा स्पर्श माणसासही होतो. ७) रातकिडे कर्कशपणे ओरडतात ८) पक्ष्यांना वातावरणात उडण्यास कष्ट पडतात म्हणून आकाशात उच उडणारे पक्षी वृक्षाचा आसरा घेऊन गप्प बसून राहतात. ९) समुद्रावरील पक्षी किनाऱ्यावरील वाळूत बसतात. १०) विहिरी अगर तलावाच्या आसपास 'चतुर' घिरट्या घालताना दिसतात

कीटक आवाज कसे काढतात !

कीटक जे आवाज काढतात अगर त्याचे जे गायन होते असे आपण म्हणतो, त्यापैकी बऱ्याच जणांच्या वावतीत त्यांच्या शरीरावरील बाह्य आवरण हें प्रमुख कारण असते. बहुधा पखाचे साहाय्य घेऊन किडे आवाज काढतात. साध्या मधमाशीची हालचाल सेरुदास २६५ वेळा होते. या जलद हालचालीमुळे हवा ढकलली जाऊन ध्वनि निर्माण होतो. रातकिडे पख एकमेकावर घासून 'किर्र' असा आवाज काढतात. आवाज करणाऱ्या किड्यामध्ये फक्त नरच आवाज काढतात. प्रत्येक किड्याच्या पखांचे आकार वेगवेगळे असल्याने त्यांच्या आवाजातही फरक पडतो.

(८२) मीपणाने करणे याचे नाव प्रपञ्च व राम कर्ता म्हणून करणे हा परमार्थ.

कुत्री बसण्यापूर्वी गोलगोल कां फिरतात ?

बसताना 'गोलगोल' फिरून बसणे हा कुत्र्यास पूर्वजापामून मिळालेला वारसा आहे. पूर्वी जगलात राहणारी कुत्री विश्रांतिच्या वेळीं जमिनीवर पडून राहण्याकरिता जमिनीवरील पाळापाचोळा, काट्याकुटक्या पायाने दावून व सारख्या करून शैथ्या तयार करीत असत व निजण्यास ती तयार केलेली शैथ्या पूर्णपणे योग्य आहे अशी ३-४ वेळां भोवताली फिरून खात्री झाल्यावरच मग ती शय्येवर पडून राहत असे. ही खोड त्याच्यात अजून कायम आहे, एवढेच नव्हे तर गोलगोल फिरताना तो जमिनीकडेही पाहात (म्हणजे खाली पाहात) असतो.

कांसव (दगडाचें) देवळांत कां दृष्टीस पडतें !

मदिगात मूर्तीच्या समोरील जागेत कासवाचो प्रतिमा दगडाच्या स्वरूपात आपल्याला दृष्टीस पडते याच्या वुडाशी कामवाचें स्वभाव-वैशिष्ट्य हेच कारणीभूत आहे. कासव आपल्या पिल्लाचा सभाळ त्याच्याकडे प्रेमानें पाहून करते, त्याना अगावरील दूध अगर खाद्य घालून करीत नाहीं, यावरून देव भक्तावर प्रेमदृष्टि ठेऊन सभाळ करतो असे सूचित करणे; त्याचप्रमाणे, कासव जसे आपले अवयव आखडून घेते त्याप्रमाणे विषयापामून मनुष्याने आपली इद्रिये आखडून घ्यावीत, असे कामवाच्या प्रतिमेवरून सूचित करणे बाळक जाणोनि मातेसि तिचे मन तयापासि । तसा देव हा दयाळ, करि भक्ताचा सभाळ ॥ मत्स्य आठविता पाळी, कूर्म दृष्टीने संभाळी । रामी रामदास म्हणे, मायाजाळावी लक्षणे । यदा सहरते चायं कूर्मोऽडानीव सर्वश' । इद्रियाणोद्रियायैभ्रस्तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ॥

वटवाघळांना कसें दिसते !

वटवाघळाचे डोळे काढून त्याना बदिस्त खोलींत ठेऊन त्या खोलीत छताला जोडून, काही लोखंडी खांब उभे केले, परंतु आश्चर्याची गोष्ट ही कीं, त्या अडथळ्याना चुकवून ती वटवाघळे उडत राहिलीं. यावरून

(८३) ग्रहाचा परिणाम देहावर घडेल, पण तो मनावर घडूं देणं न देणं आपल्या हाती आहे.

प्रो. हाट्रीज यानी असा सिद्धात माडला की, वटवाघळे उडत असताना एक प्रकारचा विशिष्ठ आवाज काढतात, त्याच्या आजूबाजूस आडथळे असल्यास त्या आवाजाचा प्रतिध्वनि त्यांना ऐकू येतो व त्याप्रमाणे झटकन गति बदलून ते आडथळे चुकवू शकतात. हवेतील इतर पक्षीसुद्धा याप्रमाणेच उडू शकतात. इंग्रजीत As blind as bat असा वाक्प्रचार आहे, वास्तविक वटवाघळे बिलकूल आधळी नसतात.

काय प्रचंड असतो हा देवमासा !

देवमासा	वजन १५० टन (३। लक्ष पौंड)	पोहण्याची गति ताशी १५ नॉट
हत्ती	वजन ८ टन	ताशी १ नॉट
घटघाकट माणूस	वजन १/११ टन	ताशी २ नॉट

हत्तीची ऋजुर घेतली तर वेग ताशी ४० नॉट असतो यावरून कल्पना येईल देवमाशाची लांबी साधारणपणे १०० फूट असून त्याच्या जबड्यात सबधच्या सबध मोटार गाडी सहज जाऊ शकेल. देवमाशाची दृष्टि तीव्र नसली तरी कर्णद्रिये विलक्षण तीक्ष्ण असतात. काही हालचाल करायची झाल्यास देवमाशास कपासप्रमाणे वर्तुळाकार फिरावे लागते.

बकरीचे दूध

या दुधाचे वैशिष्ट्य असे की, इतर दुधाप्रमाणे यात क्षयाचे जंतू नसतात. शे ५० गायीच्या दुधात ही विकृति आढळते. स्निग्धाशाचे प्रमाण मानवी दुधाइतकेच असूनही (Fat) स्निग्धाशाचे कण अति सूक्ष्म असल्याने लवकर पचतात शिवाय नैसर्गिक आम्लतेमुळे पचनक्रिया मद असणाऱ्यांना या दुधाचा फार उपयोग होतो.

(१) बकरीचे दूध लवकर फुटते, जास्त वेळ ठेवणे असल्यास ताजे दूध उकळून घ्यावे.

(२) वापरण्यापूर्वी हे दूध गाळून घ्यावे, कारण त्यात बकरीचे केस येण्याचा सभव असतो.

(८४) चमत्कारात सतपण नव्हे; जी श्रद्धा चमत्काराने बसते ती त्यानेच उडून जाते.

(३) धार शक्य तितक्या कमी वेळात काढून झाली पाहिजे, तसेंच दूधही सपूर्ण काढले गेले पाहिजे.

(४) कास जोराने पिळायला नको, फक्त मूठीत दाबूनही धार काढता येते. दोन बोटे व अंगठा यात कास धरून लांबवर ओढण्याची काहीची तऱ्हा आहे; पण त्यामुळे कास लोंबू लागतात.

(५) कासेला दूध लाऊन धार काढू नये, कास मऊ करण्याकरितां दुमरा एखादा गधरहित चिकट पदार्थ वापरावा.

(६) धार ठरलेल्या वेळी काढावी व धार काढण्याच्या २ वेळात १२ तासाचे अंतर ठेवावे.

(७) बकरीला कळपातून अलग नेऊन धार काढावी.

(८) बकरीच्या दुधात कधी कधी रक्ताचे तनु येतात, ते कामेतील कोवळ्या रक्तवाहिन्या फाटल्यामुळे येतात, बकरीला थोडे 'एप्सम साल्ट' पाण्यातून दिल्यास हा विकार दूर होतो.

(९) व्यात्यानंतर साधारणपणे ६/७ महिनेच दूध देत असते, विण्यापूर्वी निदान ३ महिने तरी बकरीचे धार काढणे बंद करावे.

(१०) धार काढताना पुढे दाणा ठेवल्यास ती लवकर पान्हुवते.

ढेकणाविषयी थोडे !

ढेकणाचे अडे बारिक व पाढरे असते, त्यातून पिवळटसर पिल्कू बाहेर पडून थोड्याच तासात ते आपले अन्न मिळविण्यास निघते. एखादा मनुष्य आढळल्यास आपली सोड खुपसून ते त्याचे रक्त पिते. २-३ मिनिटात त्याचे पोट भरते व मग तें ताबडे लाल दिसू लागते. नंतर १-२ आठवड्यांनी ते कात टाकते व पुन्हा भूक भागविते. अशा तऱ्हेने ५ वेळां कात टाकली कीं पूर्ण वाढ झालेला ढेकूण तयार होतो. हा प्राणी कळपाकळपाने राहतो व अधारात आपलें अन्न मिळविण्यास बाहेर पडतो; व दिवसा फटीत वगैरे दडून बसतो. जेथे ढेकूण राहतात ती जागा ढेकणाच्या विष्टेमुळे काळे ठिपके ठिपके पडल्यासारखी दिसते. ढेकणाला आपले सावज कोठे आहे हें

(८५) ज्याला रोगाचा कंटाळा नाही, तो आपल्या सोईनें रोग भोगू शकतो.

त्याच्या अगातील उष्णतेमुळे समजते, वासामुळे नाही तेवढ्याच (शरीराच्या) उष्णतेची काच जरी ठेवली तरी ढेकूण त्यात आपली सोड खुपसण्याचा प्रयत्न करतो. साधारणत ढेकूण १२४ ते ३६० दिवस जिवत राहतो. प्रयोगशाळेत ढेकणाची मादी अन्नाविना १॥ वर्ष जगल्याची नोंद आहे. ज्यावेळी ढेकूण सोड खुपसून रक्त शोषतो त्यावेळी तो जखमेत आपली लाळ सोडतो, त्यामुळे रक्त शरीरातून बाहेर पडताक्षणीच न गोठता द्रवस्थितीतच राहते, व ते त्याच्या बारिक सोडेतून पोटात जाऊं शकते. पोट जाम फुगले की, तो स्वस्थ वमतो. थोड्या तासानी पोट पुन्हा पहिल्यासारखे होते ढेकूण चावल्यामुळे ज्या 'गाधी' उठतात त्यामुळे त्वचारोगही होण्याचा सभव असतो. ढेकूण सतत चावल्याने काही लोकामध्ये एक प्रकारची प्रतिकारशक्तिच निर्माण होते व मग त्याचे त्याना काहीच वाटन नाही कोवडीची पिले, पाली, उदीर वगैरे प्राणी ढेकूण खातात, त्यामुळे त्याची सख्या घटते. ढेकणाकरिता रॉकेलमध्ये D. D. T चे ५ टक्के द्रावण चांगले काम देते. ढेकूण चिरडून मारण्यापेक्षा रॉकेलमध्ये पकडून टाकणे केव्हाही श्रेयस्कर असते.

वर पाय व खाली पाठ करून चालताना प्राणी का पडत नाही ?

माशी, पाखरू, डास, ढेकूण यांच्यासारखे लहान प्राणी तुळईवर किवा खिडक्याच्या काचावर चढतात, वर पाय, खाली पाठ असूनही ते पडत नाहीत, याचे कारण असे एक भाडे घ्या, ते तोडावर धरून त्यातील हवा शोषून घ्या, जोपर्यंत तुम्ही हवा शोषून धरली आहे तोपर्यंत तुम्ही भाडे कसेही केले तरी पडणार नाही, इतकेच काय पण जोराने हाताने ओढून पाहिले तरीही निघणार नाही. अगदी जन्मतच या कीटकाच्या पायाला पोकळ नळ्या असतात छतावर वा भितीवर चढताना, ते यातील हवा काढून टाकतात, त्यामुळे त्याचे पाय घट्ट वसू शकतात याशिवाय त्याच्या पायाच्या टोकाना चिकट पदार्थ असलेले एक विशिष्ठ आवरण असते, त्यामुळेही त्याच्या पायाची पकड वाढते.

(८६) बुवा आपल्याला फसवितात हा दोष आपला आहे; बुवांचा नव्हे.

मधमाशी चावल्याबरोवर का मरते ?

मधमाशी चावल्याबरोवर मृत्यु पावते याचे कारण तिचा डख एका विशिष्ट तऱ्हेच्या स्नायूमधे पक्का वसविलेला असतो. ती चावून ज्यावेळी पळून जाण्याचा प्रयत्न करते त्यावेळी हे स्नायू तुटतात आणि हे स्नायू तिच्या जीवनास आवश्यक असल्याने ती ताबडतोब मरण पावते. फक्त राणो-माशीच आपला डख बाहेर काढू शकते. डख हा गाधीलमाशीला जीव वाचविण्यासाठी दिला असतानामुद्धा तिला त्या अस्त्राचा उपयोग करताना मृत्यु यावा ही खरोखरच आश्चर्यकारक घटना आहे, यात शका नाही काहीच्या मते गाधीलमाशी चावणे हे त्या माणसाचे दुर्भाग्यच आहे असे समजावे

कोळ्याच्या जाळ्याचे वैशिष्ट्य

कोळी आपल्या जाळ्यामध्ये न अडकता बिनधोक चालू शकतो, परंतु इतर प्राणी जाळ्यात चटकन गुतले जातात याचे कारण कोळी आपले जाळे दोन प्रकारच्या धाग्यानी विणित असतो. एक कोरडा धागा व दुसरा चिकट धागा. यातील कोरडा कोणचा नि चिकट कोणचा याचे कोळ्याला नीट ज्ञान असल्याने तो कोरड्या धाग्यावरून भराभर पळत जातो; परंतु इतर कीटकाना याचे ज्ञान नसल्याने ते आत चिकट धाग्याना चिकटतात व हे कोळ्यास धाग्याच्या हालचालीवरून तत्काल समजते व नंतर कोळी ताबडतोब त्या जागी येऊन त्या कीटकास आणखी धाग्यानी वेढून टाकतो व या भक्ष्याचा सावकाश उपभोग घेतो.

प्राण्याचा मृत्यु

वासरू मेले म्हणजे गाई-म्हशी बरेच दिवस पाणी सोडतात. कावळा मेला म्हणजे त्याचे जातभाई बराच वेळ आकाशात 'कावकाव' करीत मृत कावळाचाभोवती घिरट्या घालतात. माजर, उंदराची शिकार करून प्रथम आपल्या पिल्लास नेऊन देते, व शत्रूपासून पीडा होऊ नये म्हणून माजरी पिल्लास ७ घरे हिडवते. बहुतेक सरपटणाऱ्या प्राण्याना आपला

(८७) जे ज्ञान सताना असतं ते आपल्यालाही असत; त्यांचं नि.सशयाचं व आपलं संशयाचं, एवढाच त्यात फरक असतो.

मरणकाळ जवळ आल्याचे समजते व साधारणतः सध्याकाळ व मध्यरात्र याचे दरम्यान एखादी विविक्षित जागा शोधून काढून ते आपल्या मरणाची वाट पाहात असतात. कावळ्याला आलेला मृत्यु (नैसर्गिकरीतीने) आपल्याला कधीच पाहावयास मिळत नाही.

काजवे का व कसे चमकतात

साधारणपणे काजवे मिनिटास ६ वेळा चमकतात; उबदार हवेत ७ वेळां तर थंड हवेत ५ वेळा चमकतात.

काजव्याच्या प्रकाशनिर्मितीच्या अवयवाचे स्नायू २ थराचे असतात. वरच्या थरावर कमल्याशा कणाकणाचा थर असतो, त्या कणाच्या थरामागे स्फटिकासारख्या पेशी असतात, या पेशीमुळे प्रकाशाचे परिवर्तन होतें. कणाकणाच्या थरामधे प्रकाश निर्माण होतो. या थरामधे सूक्ष्म हवाई नलिकाचे व सवेदनावाहक जतूचें जाळे पसरलेलें असते; जेव्हा काजवा चमकतो तेव्हा हवाई-नलिका उघडल्या जाऊन त्यातील प्राणवायु प्रकाशो-त्सर्गक कणावर जाऊन ते प्रकाशीत होतात; त्यामुळे निखाऱ्यावर फुकर मारून तो ज्याप्रमाणे फुलतो तसेच यावेळी होते. हे प्रकाश निर्माण करणारे कण प्राणवायूने भरलेल्या पात्रात टाकताच फुलतात व फुललेले राहतात. या कणामधे प्राणवायूशी संयोग पावणारे 'ल्युसिफेरिन' नावाचे एक रसायन असते. काजव्याचा प्रकाश मोजण्यास Photo Electric Cell चा वापर करतात, प्रकाशाचे विद्युत्प्रवाहात रूपांतर करून तो मोजता येतो. याकरिता बरेचसे काजवे पकडून त्याचा प्रकाश प्रथम मोजतात व त्यावरून प्रत्येक काजव्याचा प्रकाश समजू शकतो.

फुलपांखरांच्या पंखावरची वर्तुळें

पुष्कळ फुलपाखरांच्या पंखावर आपणास मोठाली काळसर वर्तुळे दिसून येतात. प्राण्यामधे डोळ्याच्या आकारावरून त्या प्राण्यांविषयीची क्रूरता, भव्यता अगर भीतिदायकपणा अजमावला जातो. फुलपाखराची ही काळसर वर्तुळे पुष्कळ प्राण्यांना डोळ्याप्रमाणे वाटतात व साहजिकच ते धाबरतात,

(८८) पुष्कळ रोगी बरा करतो तो चागला डॉक्टर; पुष्कळ पैसा मिळवितो तो नव्हे.

अशारीतीने इनर मोठ्या प्राण्यापासून बचाव करण्यासाठी निसर्गाने फुलपाखराना दिलेली ही काळी वर्तुळे म्हणजे देणगीच होय. फुलपाखराच्या पखावरचे रंग भिन्न असले तरी वर्तुळे काळ्या किंवा करड्या रंगाचीच असतात.

हे बघा कीटक-तज्ज्ञाचें डोकें !

१ मुगी अथवा पिसूचें वजन $\frac{1}{1000}$ ग्रॅम.

१००० मुग्या किंवा पिसवा...१ औंस.

१ मधमाशी...१ ग्रॅमहून कमी.

५०० मधमाशा...१ पौड.

१ लक्ष मधमाशा...१ माणूस (माणसाचे वजन).

१० लक्ष मुग्या...१ माणसाचे वजन. एका वारुळात अदाजे १० लक्ष मुग्या असतात.

शहामृग (सर्वात मोठा पक्षी)...२०० पौड

देवमासा (whale) सर्वात मोठा मासा...१०० टनाहून अधिक.

मांजर हे असे असते!

अधुक प्रकाशात मनुष्यापेक्षा माजरास अधिक चागले दिसू शकते. उज्वळ्यात तर स्वच्छ दिसतेच; परंतु संपूर्ण काळोखांत माजराला दिसते, हा समज चुकीचा आहे. माजराचा स्वभाव फार सरळ आहे. एकदा माजराला माहित झाले की, तुम्ही त्याला ठार मारत नाही की, मग तुम्ही नुसते रागाने धुसफुसलात तरी किंवा २-४ वेळा बाहेर फेकून दिलेत तरीसुद्धा तें तुमच्याजवळ येणारच. माजराचे कान फार तिखट असतात. स्नापाच्या सरपटण्याची चाहूल अगर उदराची अस्पष्ट खडबड माजरास तात्काळ समजते डोळे, कान व नाक या तिन्हीमुळे जो बोध होणार नाही तो माजराला आपल्या मिशाच्या साहाय्यानें होऊ शकतो, हे विशेष आहे. काहीचे असे म्हणणे आहे की, एखाद्या अरुद भोकातून जायचे असल्यास माजर आधी आपले तोड घातून जागेची परीक्षा घेतें, जर तोड मिशांसकट आंत

(८९) काळजी घ्यावी; पण काळजी करूं नये.

गेले तर बाकीचे शरीर सहज आत जाऊं शकते असा त्याचा अदाज त्यांना मिशाच्या साहाय्याने नीट जाणता येतो.

प्राण्याचे वैशिष्ट्यपूर्ण गुण

पोपट.....नकलीपणा.	फुलपाखरू..... चैनबाजीपणा.
कुत्रा.....इमानीपणा	सिंह.....शौर्य
मोर.....गर्विष्ठपणा.	राजहंस.....डौलदारपणा.
वाघ.....क्रूरपणा	लाडगा.....निर्दयपणा
ससा.....भित्रेपणा.	माकड.....चेष्टेखोरपणा
अस्वल.....चिडखोरपणा	कोकीळ.....नखरेलपणा
माजर.....लवाडपणा	कोल्हा.....धूर्तपणा.
गिधाड.....अधाशीपणा.	मुगी.....दूरदर्शीपणा.
बकरा.....विपयीपणा.	खेचर.....हट्टीपणा
सुसर.....मानभावोपणा.....	

काय कमाल आहे बुवा !

कासवाचे डोके तांडले तरी ते पुष्कळ दिवस जिवंत राहू शकते, सर्पाची मान तोडली तरी ती चावा घेण्याकरिता घडपडत असते सरडे दारूंत किवा आल्कोहोलमध्ये घालून ठेवले तरी पुष्कळ दिवस जगतात मुग्याचे पोट तुटले तरी त्या बराच वेळ इकडे तिकडे धावत असतात. मासे, बेडुक व पाणसर्प शून्याखाली १३०° थंडी असतानासुद्धा मरत नाहीत, अस्वले तर वान्यावरही राहू शकतात बराच काल. गाडुळाचे कितीही तुकडे केले तरी प्रत्येकात जीव असतोच.

डास आपल्याला का चावतो ?

डास रात्रीच्या वेळी (विशेषतः) मनुष्याकडे कसा आकर्षित जातो याचा अलीकडे शास्त्रज्ञाना शोध लागला आहे. रात्री शोपेत आपण उच्छ्वासाबरोबर कार्बन डायऑक्साईड नावाचा जो वायु नाकावाटे सोडतो, त्या वायूच्या विशिष्ट वासामुळे डास माणसाकडे आकर्षित जातो. या-

(९०) वर झालं म्हणजे मी केल म्हणतो आणि सकट मात्र देवाच्या डोक्यावर लादतो; हा काय न्याय झाला !

करिता हुबेहूब माणसासारख्या दिसणाऱ्या दोन बाहुल्या तयार करून खूप डास असलेल्या खोलीत ठेवल्या. त्या बाहुल्याकडे डास आकपिले गेले नाहीत, परंतु शास्त्रज्ञानी नंतर त्या बाहुल्याच्या नाकातून कार्बन डाय-ऑक्साईड हा वायु बाहेर पडेल अशी व्यवस्था करतांच डासाच्या थड्याने क्षणार्धात बाहुल्यावर हल्ला चढविला नर डास माणसाला चावण्याच्या फदात पडत नाही. चावते ती फक्त डासाची मादी माणसाच्या रक्तापासून तिची प्रजा जोमाने वाढते, त्यामुळे रक्त मिळविण्यासाठी डासाच्या मादीला कुणाचा तरी चावा घेणे भागच पडते. डास चावत असता आपल्याला कळून येत नाही, कारण टेकणाप्रमाणेच डास चावण्याअगोदर त्या जागेवर एक प्रकारचा पातळ द्रवपदार्थ आपल्या शरिरातून सोडतो, त्यामुळे माणसाची अगर जनावराची चामडी क्षणभर बधीर झाल्यासारखी होते, शिवाय या द्रव पदार्थामुळे रक्त किचित् पातळ होऊन ते शोषण घेणे डामास सहज शक्य होते.

कुत्र्याचे प्रकार

हवामान, अन्न व सकर-जनन यावरून कुत्र्याचे निरनिराळे वर्ग पाडले जातात

(१) मनुष्याला शिकार पाहून देणारे पण स्वतः शिकार न करणारे कुत्रे, उदा पॉईंटर, सेटर, स्पॅनियल; (२) माणसाने शिकार पाहून दिल्यावर मग स्वतः शिकार करणारे कुत्रे, उदा इंग्लिश ग्रेहाऊड, (३) शिकार स्वतःच पाहणारे आणि करणारे कुत्रे. उदा. ब्लडहाऊड, फॉक्स-हाऊड, टेरियर, (४) मनुष्याने विद्ध केलेली शिकार हुडकून आणणारे कुत्रे, उदा डियरहाऊड, रिट्रीव्हर, (५) मनुष्याचे उपयुक्त सहवासी असणारे कुत्रे उदा. न्युफाउडलड, मॅस्टीक, बुलडॉग, शिपडॉग, (६) स्त्रियाचे खेळणे होऊन राहणारे कुत्रे, उदा. व्हेथेम, किंग चार्ल्स स्पॅनियल, पग, चायनिज व जपानिज स्पॅनियल, मान्टिज. कुत्र्याच्या प्रणयक्रीडेचे काल हिदुस्थानात भाद्रपद महिन्यात तर युरोपात ३ जुलै ते १५ ऑगस्ट हा असतो

(९१) रुढी मोडायची असली तर ती दहाजणानी मिळून मोडायची असते.

उंट पाण्याशिवाय बरेच दिवस कसा राहतो ?

(१) उंट्याच्या शरिरातील फारच थोडे पाणी मूत्रद्वारां विसर्जन होतें, भरपूर पाणी प्यायल्यावरमुद्धा सबंध २४ तासांत उंट्याचे सारे मूत्र १ मोठा ग्लासभर मुद्धा होणार नाही, माणूस उंट्याच्या मानाने फारच कमी पाणी पितो, पण त्याचे मूत्र उंट्याच्या मानाने पुष्कळच अधिक असते.

(२) उंटाला सहसा घाम येत नाही. म्हणजे १०४° पर्यंत जरी त्याच्या शरिराचे तपमान गेले तरी त्याला घाम येत नाही. उंट्याचे उष्णतामान ९३° पासून १०४° फॅ. पर्यंत जरी वाढलें तरी त्यावद्दल त्याला अस्वस्थता वाटत नाही. त्यापुढे जर वाढलें तर मात्र त्याचे धर्मपिंड काम करू लागतात. घामासाठी लागणारे पाणी त्याच्या रक्तातून बाहेर पडत नाही, तर शरिरातील पेशी-जालातील पाणी कमी होऊन ते घामावाटे बाहेर पडते, त्यामुळे शारीरिक व्यवहारात कुठलीही आडकाठी येत नाही, शिवाय रक्तदाबात व रक्ताभिसरणात काहीच फरक पडत नाही.

(३) उंट्याच्या अगावर जाड केसाचे आच्छादन असल्यामुळे बाहेरील हवेची उष्णता शरिरापर्यन्त पोचत नाही, म्हणजे गरम हवेंत त्याचें शरीर फारसे तापत नाही. उंट्याच्या अगावरील केस कापले तर मात्र त्याला लवकर घाम येऊन त्याच्या शरिरातील पाणी घटते. वर दिलेल्या ३ कारणाने उंटाला आपल्या अगात पाण्याचा साठा टिकविता येतो.

साप चालतो कसा ?

सापाच्या डोक्यापासून ते शेपटीपर्यंत एक लांब कणा असतो आणि त्याच्या दर मणक्यात एकेक फासळीची जोडी घट्ट बसविलेली असते (काही सापात या ३।४ शे पर्यंत आढळतात). या फासळ्या त्याच्या खालील बाजूच्या खवल्यांत घट्ट बसविलेल्या असतात. नाकाच्या फुगीर शेवटापर्यंत त्याच्या अगावर सगळीकडे फुगीर खवले असतात. त्याच्या खालची बाजू मात्र जमीनीशी सतत घर्षण झाल्याने अत्यंत चपटी होऊन गुळगुळीत झालेली आढळते. सरपटताना साप आपल्या फांसळ्या पुढे उचलतो त्याच-

(९२) जे नाम धरू-प्रल्हादने घेतले तेंच 'नाम' आज आहे, त्यांत फरक मुळीच नाही; फरक मात्र आपल्यांत झाला आहे.

वेळी खालील खवल्यांनी जमीन पकडतो आणि मग फासळ्यानी जमीन पुढे ढकलतो. ही क्रिया वेगाने सुरू झाली की, त्याला एक प्रकारची गति येते. तो जाताना वेडावाकडा जातो; कारण त्याच्या फासळ्या ह्या तिरक्या दिशेने पण समांतर अशा बसविलेल्या असल्याने त्याच्या गतीत वक्रता दिसून येते. अतिशय गुळगुळीत पदार्थावरून सापास चालता येत नाही. खालच्या अगर वर चढण्याच्या वस्तूपासून थोडेसे तरी घर्षण झाल्याशिवाय त्याला आपल्या फासळ्याचा उपयोग करता येत नाही. इजिनची चाके अतिशय गुळगुळीत रुळावरून धाऊ शकत नाहीत, चाक तेथल्या तेथेच फिरत राहते. अशा वेळी बारीक रेंती रुळावर टाकावी लागते. साप उभ्या भितीवर चढू शकत नाही; पण आपल्या वेढोळ्याच्या साहाय्याने नळावरून वर जाऊ शकतो.

जीराफाची मान त्यास केव्हा नडते ?

जीराफाच्या मानेचा उचावरील पाला खाण्यासाठी चागला उपयोग होत असतो, पण जेव्हा त्याला पाणी प्यायचे असते तेव्हा त्या लांब मानेचा काही उपयोग होत नाही. जीराफाचे पुढचे पाय त्याच्या मानेपेक्षाही उच्च असल्याने त्याने मान कितीही वाकविली तरी त्याचे तोड पाण्यापर्यंत पोचण्यासाठी जीराफाला आपले पुढचे दोन्ही पाय ताणून पसरवे लागतात. तेव्हा कुठे त्याची मान पाण्यापर्यंत पोचते. जीराफ वाटेल त्या झाडाचा पाला खात नाही. 'मेमोसा' झाडाचा पाला विशेषतः ते जास्त खातात.

पाण्यातील माशांना हवा लागते का ?

मासा जन्मभर पाण्यात राहतो; पण पाण्याचा एक थेंबदेखील पीत नाही. मासे समुद्राचे अगर नदीचे पाणी फक्त आपल्या तोडात घेतात; पण पीत मात्र नाहीत, माणसे हवा ज्याप्रमाणे फुफ्फुसात घेऊन मग ती बाहेर टाकतात त्याप्रमाणे मासे पाण्याचा श्वासोच्छ्वास करतात. माशाच्या श्वसनेद्रियाला 'गोल' असे म्हणतात. या 'गोल' मध्ये जे रक्त असते ते पाण्यातील ऑक्सिजन शोषून घेते व मग ते पाणी बाहेर फेकले जाते, या

(९३) आपण जे अन्न खातो त्याच्या एकतृतीयांशावर आपण जगतो आणि दोन तृतीयांशावर डॉक्टर, वैद्य जगतात.

क्रियेत पाण्याचा एक थेंबही त्याच्या पोटात जात नाही, माशाना पोषणासाठी जहर असणारे पाणी त्याच्या अन्नातून मिळते. अशा तऱ्हेने माशाना हवेची जरूरी नसते काही मासे तर त्याच्या सर्व आयुष्यांत एकदाही कधी पाण्याच्या पृष्ठभागावर आलेले आढळत नाहीत.

अजगर लहान तोडातून मोठे प्राणी कसे गिळू शकतो ?

सापाचा जवडा अशा काही विशिष्ट स्नायूनी व तंतुमय दोऱ्यानी युक्त असतो की, तो कितीही मोठा पत्थरला तरी त्यामुळे सापास, (विशेषतः अजगरास) काही त्रास होत नाही. संबध हरीण गिळून टाकणे ही गोष्टही अजगरास सहज शक्य आहे गिळून टाकताना अजगर त्या प्राण्याचा एक भाग (पाय अगर तोड जे मिळेल ते) तोडात पकडतो व मग हळूहळू तोड वासून उरलेला भाग सहजी गिळकृत करतो.

या गोष्टी लक्षात ठेवण्याचा प्रयत्न करा !

(१) वाघ व सिंह याची फुफ्फुसे इतकी अशक्त असतात की, त्यांना १ मैलाहून अधिक पळता येत नाही.

(२) मध गोंडा करण्यासाठी मधमाशा पोळ्यापासून ३ ते ५ मैलपर्यंत-सुद्धा प्रवास करतात.

(३) कुत्र्याचे भोकणे १८०० यार्डपर्यंत सहज ऐकू येते.

(४) १ सेकंदात गोगलगाय १/२ इंच जाते, माशी २४ फूट जाते, पाकोळी २२० फूट जाते, तर मनुष्य ४ फूट जातो.

(५) सगळ्या जनावरात घोड्यांना सर्वांत जास्त थडी वाजते.

(६) उट एका वेळेस १० ते १२ गॅलन (५० शेर) पाणी सहज पिऊ शकतो.

(७) हत्ती आपल्या पाठीवर १७०० पौडाचे ओझे घऊन न थकता तासास ४ मैल याप्रमाणे कित्येक मैल मजल मारतो.

(८) कावळे एखाद्या धान्याच्या शेतात शिरण्यापूर्वी अगोदर आपल्या-पैकी एक तरी रखवालदार बाहेर उभा ठेवतो.

(९४) कुणाविषयी वाईट विचार मनांत आणू नये; त्यापासून आपलेंच मन गढूळ होतें.

(९) देवमाशाच्या शेपटीत, जिराफाच्या जीभेत, तिहाच्या पंजात, हत्तीच्या सोडेंत, मगरोच्या तोडात, घोड्याच्या पायात, गेड्याच्या दातात फारच मोठी शक्ति असल्याचे दिसून येते.

(१०) माशी पकडून ती मधात टाकावी, मधात साखरेचे मिश्रण असेल तर ती मधात रुनेल, उत्तम मधात माशी रुतत नाही अगर तिच्या अगाला मध चिकटत नाही.

(११) बगालमधील गौळी लोकात पिढ्यान् पिढ्या अशी समजूत आहे की, वद्यपक्षात गार्ड-म्हशीना नर दिल्यास होणारी सतति नर जातीची होते, तर शुक्लपक्षात होणारी सतति स्त्रीलिंगी होते.

(१२) जीराफाच्या मानेत जेवढे मणके असतात तेवढेच उदराच्या मानेतही असतात, असे आढळून आले आहे

(१३) शर्यतीचा घोडा एका उडीत २० ते २५ फूट सहज जाऊ शकतो.

(१४) मुग्याच्या पळण्याची गति तासाला ५२० फुटापासून ८०० फुटापर्यंत असते.

(१५) देवमाशाचे कातडे २ फुटापर्यंत जाड असते व त्याच्या जीभेपासून ११ टन तेल निघते.

(१६) हत्तीची उंची ही त्याच्या पुढच्या पायाच्या वर्तुळाच्या परिघाच्या दुप्पट असते.

(१७) जीराफ या प्राण्याला कोणत्याही प्रकारचा आवाज काढता येत नाही.

(१८) घोडा बसून उठतांना प्रथम पुढच्या दोन पायांनी उठतो; परंतु बैल मात्र बसून उठताना मागच्या दोन पायांनी उठतो.

(१९) खेकड्यांना दिसते, वास येतो, पण ऐकू येत नाही.

(२०) तरस हा प्राणी मनुष्याच्या वेड्यावाकड्या हमण्याप्रमाणे हुबेहूब हसतो.

(२१) टीटवी ही झोपताना आकाशाकडे पाय करते.

(९५) जें आपले नाही तें आपले म्हणणे, म्हणजेच 'चोरी' होय.

(२२) वटवाघळाच्या तोडातून एक प्रकारचा चिकट द्रव बाहेर येतो, त्याला अतिशय उग्र घाण सुटते. म्हणून वटवाघळे असलेल्या जुनाट अंधाऱ्या खोलीत काही वेळा जाणेही अशक्य होते.

(२३) डुकरास सर्पदश बाधत नाही. कारण त्याच्या अगावर इतकी चरबी असते की सर्पविष त्याच्या रक्तवाहिन्यापर्यंत पोचतच नाही.

(२४) शहामृगाचा आवाज सिंहासारखा असून पुष्कळवेळा वाटसरूची, तो आवाज ऐकताच, गाळण उडून जाते.

(२५) घारीशिवाय दुसरा कोणताही प्राणी सूर्याकडे टक लाऊन पाहू शकत नाही.

(२६) माणसाचा १ केस १० तोळे वजन तोलू शकतो, डुकराचा १ केस ३० तोळे व घोड्याचा ४० तोळे वजन उचलतो.

(२७) मधमाशीस १ पौंड मध गोळा करण्यास फुलापामून ते पोळ्यापर्यंत ३० हजार खेपा माराव्या लागतात.

(२८) उदराच्या ९ जोड्यापामून १ वर्षात १००० उदर जन्मास येऊ शकतात, हे सप्रयोग सिद्ध झालेले आहे

(२९) कोळ्याला ८ डोळे असूनही त्याला ३ इंचापलीकडील दिसत नाही.

(३०) जमिनीवर राहणाऱ्या प्राण्यापेक्षा पाण्यांत राहणाऱ्या प्राण्याची संख्या अधिक आहे; कारण त्यांना भक्ष्याची कधीच चिंता पडत नाही.

(३१) जगात सर्वांत मोठा प्राणी म्हणजे देवमासा होय. त्याचें वजन २०लाख पौंडपर्यंत भरते, आणि जगात सर्वांत लहान प्राणी म्हणजे 'बॅक्टॅरिया' जंतु होय. अशा ३ कोटपेक्षा जास्त जंतूंचे वजनही जेमतेम १ पौंड भरते.

(३२) कोळ्याचें जाळे ४ मैल लांब तंतूंचे असलें, तर त्याचे १ ग्रॅन वजन भरते.

(३३) चिमणीच्या हृदयाचे मिनिटाला ८०० ठोके पडतात, उंदराचे ६००, सशाचे १५० तर घोड्याचे फक्त ४० ठोकेच पडतात.

(९६) देवाच्या विहिरीत मुबलक पाणी आहे; आपल्या बादल्याच फार छोट्या असतात.

(३४) जीराफाची जीभ अगदी काळी कुळकुळीत असून जवळ जवळ १॥ फूट (१८ इंच) लांब असते.

(३५) माणसे, कबुतरें, बदके, कोवड्या यांना पदार्थाची चव सारखीच कळते. त्यामध्ये कबुतराची चव सर्वात तीव्र व कोवड्याची सर्वात मंद असते. गोड, आंबट, खारट व कडू या चवीचें ज्ञान पक्षानाही असते.

(३६) सापाचे डोळे तीक्ष्ण असतात. त्याच्या डोळ्याचे भिग पिवळे असल्याने प्रकाशांतील 'अल्ट्रा व्हायोलेट' किरण सापाच्या डोळ्यात शिरत नाहीत, शिवाय त्याच्या डोळ्याच्या बाहुल्या माजराच्या डोळ्याच्या बाहुल्याप्रमाणे उभ्या दिसतात. तसेच सापाच्या डोळ्यांना पापण्या नसतात. सापाला कान नसतात, पण जमिनीत होणारे कप त्याच्या कातडीच्या खालील बाजूकडून त्याला समजून घेता येतात व त्यानुसार तो आपली दिशा निश्चित करतो.

(३७) 'ईल' (EEL) नांवाचा एक मासा पुष्कळ वेळां समुद्रात आपल्याला दिसतो. त्याचे बाह्यांग अतिशय निसरडे असते म्हणून तो कोणाच्याच पकडीत सहसा सापडत नाही, यावरून जो मनुष्य कोणाच्याही राग-द्वेषात गुतून राहत नाही त्याला 'ईल' माशाची उपमा देतात.

(३८) शहामृगाचे वैशिष्ट्य म्हणजे त्यास पुढले व मागले पदार्थ दृष्टीस पडतात.

(३९) घोड्याची शक्ति पाच माणसाच्या शक्तिइतकी असते असे प्रयोगाती आढळून आले आहे.

(४०) विपारी साप उलटला म्हणजे वीप जास्त चढते ही समजूत चुकीची आहे. सापाच्या टाळूचे जे विपारी दात असतात ते सरळ नसून घशाच्या बाजूला वाकडे होऊन वळलेले असतात साप उलटतो तो हे दात सोडवून घेण्यासाठी, विष जास्त चढावें म्हणून नव्हे. साप जे लहान लहान प्राणी धरतो ते एकाएकी त्याच्या तावडीतून सुटून नये म्हणून हे दात निसर्गाने वाकडे केलेले असतात.

(९७) पुष्कळ लोक पैसे मिळविण्याकरिता वेळ खर्च करतात आणि मग तो वेळ घालविण्यासाठी पुन्हा पैसे खर्च करतात.

(४१) कोंबड्या किंवा बरेचसे पक्षी आपलें अन्न वेचतांना बारिक बारिक खडेही (विशेषतः गारेचे) वेचतात. त्यामुळे त्यांच्या अन्नाचे पोटांत नीट चर्वण होऊन अन्न लवकर पचले जातें.



(९८) घरातलें समाधान हे स्त्रीच्या समाधानावर अवलंबून असतें.

मीठ

- (१) अजीर्णनाशावर-भोजन झाल्यावर थोडेसे मीठ जीभेवर टाकणे.
(२) दंतशुद्धि-मीठाने दात घासल्यास होते.
(३) तुदिलता घालविणे-सकाळी कपभर पाण्यात $\frac{1}{2}$ चमचा मीठ घालून प्यावे.

(४) गालिचे स्वच्छ करणे-गालीचे अगर सतरज्या मिठाच्या पाण्याने भिजविलेल्या फडक्याने पुसाव्यात.

(५) रग टिकविण्यास-विटणारा कपडा मिठाच्या पाण्यांत बरेच तास भिजत ठेवावा, म्हणजे रग विटत नाही.

उघडकीस आलेलीं बनावट औषधें

- | औषधाचें नाव | नकलेत आढळणारे स्वरूप |
|---|--------------------------------|
| (१) क्लोरोमायसटीन | सोडा बाय कार्ब (खाण्याचा सोडा) |
| (२) प्रोक्टेन पेनिसिलिन | |
| (अ) बल्ब.....सल्फानिलमाईड सोल्युशन | |
| (ब) गोळ्या....चॉक पावडर | |
| (३) ऑरिओमायसिन.....मेपॅक्रिन, अँटेब्रीन पावडर | |
| (पिवळ्या कॅप्सुल्स) | |
| (४) सल्फाडायझिन-सिबॅझॉल...चॉक पावडर. | |
| (५) वॉटरबरीज कापाऊड...चुन्याची निवळी. | |
| (६) फिलिप्स मिल्क ऑफ मॅग्नेशिया...चुन्याची निवळी. | |
| (७) कॉडलिव्हर आई.ठ...व्हाईट आईल किवा कुठलेही घाण वासाचें तेल. | |

(९९) एक नियम अखड चालविणे याचेंच नाव 'तपश्चर्या'

अस्सल कस्तुरी ओळखण्याकरितां

(१) कोळशाच्या निखाऱ्यावर कस्तुरी टाकताच जर ती वितळून गेली आणि तेलाप्रमाणे जर बुडबुडे येऊ लागले, तर ती चागल्या प्रकारची व तिची जर जाळून राख झाली तर ती नकली कस्तुरी म्हणायची.

(२) कस्तुरीच्या पिशवीच्या तोडाशी एक पातळ पापुद्रा असतो, जर हा फाटला नसेल तर कस्तुरी अस्सल आहे म्हणून समजावे.

(३) हिंगाच्या पाण्यात भिजविलेला आणि सुईत ओवलेला दोरा कस्तुरीच्या पिशवीतून आरपार घालावा; असे केल्यावर हिंगाचा वास लुप्त होऊन कस्तुरीचा वास जर धाग्यास येऊ लागला तर कस्तुरी उत्तम आहे म्हणून समजावे.

व्हॅसलीनचा उपयोग

(१) बोट कापले असतां लावणे.

(२) आग पाण्याने गारठू नये म्हणून खूप अतर पोहणारे अगास लावतात.

(३) वाटेल तेव्हा अश्रु गाळता यावेत म्हणून सिनेतारका जे डोळ्यास लावतात ते

(४) ओरखाडे येऊं नयेत म्हणून फोटोग्राफर हे निगेटिव्हला लावतात.

(५) हजामतीची पाती गजू नयेत म्हणून कारखानदार याचा टनानी उपयोग करतात

(६) आडल्यावेळी सैनिक याचा 'शेव्हींग क्रीम' म्हणून उपयोग करतात.

(७) ब्रेली बरोबर वाचता यावी म्हणून अंध लोक हे लाऊन बोटाची टोके मऊ ठेवतात.

(८) पावसाचा त्रास होऊं नये म्हणून मोटारवाले काचेवर लावतात.

(९) त्वचा मऊ राहवो म्हणून थडींत चेहऱ्यावर लावतात.

(१००) परोपकार केल्याची जोपर्यंत आठवण राहते तो परोपकार नव्हे.

सिगरेटविषयी

साधारणतः १ सिगरेट १०-१२ मिनिटे जळत राहते, त्यांपैकी जास्तीत जास्त चारच मिनिटे मनुष्य प्रत्यक्ष धूम्रपान करीत असतो पुरा भरलेला पाईप ओढण्यास ७ ते २० मिनिटे लागतात, पण, पाईप ३-४ वेळां पेटवावा लागतो. सिगरेटची लाबी साधारणपणे २ $\frac{३}{४}$ इंच असते, व सिगरेट ओढणारा मनुष्य सिगरेटचें थोटूक जे टाकून देतो ते किमानपक्षी $\frac{३}{४}$ इंच तरी असतें, त्यावर देखील मिनिटभर करमणूक करून घेणारे गरीब लोक दुनियेत पुष्कळ वेळा दृष्टीस पडतात.

मोटारीचे नंबर

मोटारीच्या नंबराच्या आधी जी अक्षरे असतात, त्यांना ' रजिस्ट्रेशन मार्क ' म्हणतात. मुंबई शहर विभागातील बिनभाड्याच्या मोटारींना BML, BMU, BMW, BMX, BMY, BMZ; भाड्याच्या मोटारींना BMR, BMS, BMT, ए. एफ्. आय्. च्या मोटारींना BMP व व्यापारी सर्टिफिकेट असलेल्या व्यापाऱ्याच्या मोटारींना BMN ही अक्षरे देण्यात येतात.

विभाग	भाड्याच्या मोटारी	बिनभाड्याच्या मोटारी	व्यापारी सर्टिफिकेटच्या मोटारी
अहमदाबाद	BYD	BYA, BYB	BYE (१०१ ते १७५)
बडोदे	BYS	BYM, BYR	BYE (६०१ ते ६७५)
पुणे	BYL, BYW	BYF, BYH	BYE (२०१ ते २७५)
नाशिक	BYP	BYN	BYE (३०१ ते ३७५)
बेळगाव	BYX	BYZ	BYE (४०१ ते ४७५)
कोकण	BYT	BYK	BYE (५०१ ते ५७५)

मनगटावरील घड्याळाची निगा

दीर्घायुषी व अचूक कालदर्शन हवे असल्यास मोठ्या आकाराचेंच घड्याळ घेणें फायदेशीर; कारण मोठ्या घड्याळातील यंत्रे अधिक मजबूत

(१०१) तुमच्याजवळ चांगलें पोलाद असेल तर त्याचा उपयोग उत्तम चाकू बनविण्याकडे करा.

बनविणे शक्य असते; शिवाय दुरुस्तीही करणे सोपे जाते. चागल्या प्रकारची बायकांची घड्याळे (अर्थात मनगटावरील) फक्त २५ वर्षेच अचूकपणे काम देऊ शकतात, तर पुरुषांच्या हातावरील मोठी घड्याळे जन्मभर चांगले काम देतात. दिवसाकाठी फक्त २५ सेकंदांचा फरक असल्यास ते घड्याळ उत्तम समजावे, १ मिनिटाचा फरक आल्यास ते घड्याळ चागले समजावे. घड्याळात दिसणारा हा अगदी थोडा फरक दरवेळी कांटे फिरवून बरोबर करू नये. मोठा फरक दिसून आल्यास मगच काटे फिरवावे. सर्व ज्युएल्सयुक्त घड्याळे चागली असतात, असे नाही. १ डझन ज्युएल्सना फक्त १५ ते १७ रुपये पडतात. १७ ज्युएल्सनी सर्व प्रमुख घर्षण-केद्रांची नाकेबंदी करता येते. उत्तम घड्याळात पुष्कळ वेळा २३ पर्यंत ज्युअेल्स असतात.

मध्यम आकाराचे घड्याळ दर २ वर्षांनी खोलून त्यास तेलपाणी व साफसुफी करावी. कोणचेही तेल २ वर्षांच्या अवधीत यिजून घट्ट होतं किंवा वाळून जाते. अगदी लहान आकाराच्या घड्याळाची दर १८ महिन्यांनी साफसुफी करावी.

घड्याळाची काच फुटल्यावर एका स्वच्छ कागदात गुंडाळून घड्याळ-जीकडे न्यावे, हातहमाल किंवा फडके वापरू नये. घड्याळास नियमित (जरी वापरात नसले तरी) चावी (वाजवीपेक्षा ताण न देता) द्यावा. कांटे उलटे फिरवू नये हा समज चुकीचा आहे. घड्याळास स्टेनलेस स्टीलचे आवरण सर्वात उत्तम. "टिक् टिक्" असा आवाज नियमित व स्पष्ट आल्यासच घड्याळ चागले. वॉटर-प्रुफ घड्याळाचे वैशिष्ट्य असे की, दर चौरस इंचास ३५ पाउंड इतका पाण्याचा दाब ती ५ मिनिटेपर्यंत सहन करू शकतात. बाकी Water resistant घड्याळाचे असे कोणतेच वैशिष्ट्य नसते. घड्याळाचे आवरण इतके घट्ट पाहिजे की, ते फक्त घड्याळजीलाच खोलता येईल. यदाकदाचित् घड्याळ बराच काळ पाण्यात राहिल्यास लगेच बेक्षिनमध्ये बुडवून घड्याळजीकडे न्यावे. 'ऑल प्रुफ'चे स्तोम फुकट आहे, त्यामध्ये "टार्डम-प्रुफ" चा समावेश मात्र होत नाही. 'स्विस मेकचा' गवगवाही उगीच आहे. उत्तमोत्तम घड्याळे जरी तेथे

(१०२) मोठ्या घरापेक्षा मोठे हृदय केव्हाही श्रेष्ठच होय.

तयार होत असली तरी हलकी घड्याळे तेथे बनतातच, दोन चारच मोठे कारखाने घड्याळे तयार करतात व मग सॅडो, फावरलुवा, लेडीस्मीथ, वेस्टअडे इत्यादि कपण्या स्वतःच्या कांही खास कसोट्या लाऊन ती घड्याळें पारखून विकत घेतात व मग देशोदेशात विक्रीसाठी पाठवितात.

हिऱ्याची पारख

हीरा पारखण्याची सोपी युक्ति म्हणजे शिसपेन्सिलिने कागदावर टिब काढून पारख करणाऱ्या हिऱ्यातून त्यात पहावे; जर टिब आहे तसेच दिसले तर हीरा अस्सल आहे म्हणून समजावा व एकाच्या ठिकाणी जर दोन किंवा अधिक टिबे दिसली किंवा पुसट व पसरट टिब दिसले तर हीरा नकली आहे म्हणून समजण्यास हरकत नाही.

मधाची उपयुक्तता

मधाचे सर्वसाधारण ९ प्रकार आहेत (मक्षिक, भ्रामक, क्षौद्र, छात्र, पौतिक, दाल, औदलक, देसो, अर्घ्य), (१) मध नियमित खाल्ल्यास आवाज गोड होतो, (२) डोळे लाल झाल्यास मधाचा थेंब डोळ्यांत सोडावा, (३) तोड आले असल्यास मधपाणी एकत्र करून गुळण्या कराव्यात व बोटांनी तोडाच्या आतील भागास मध चोळावा; (४) कानात कीटक, माशी, गोम वगैरे गेल्यास मध तेलांत मिसळून ते तेल कानात घालावे म्हणजे आतील प्राणी तात्काळ मरून जातात; (५) मधाने अंगावरील जखमा त्वरित भरून येतात, (६) भाजलेल्या जागी पिसाने मध लावावा. (७) मध बुद्धिबर्धक आहे तसेच रक्तशुद्धि होण्यास दररोज सकाळी दोन चमचे मध पाण्यात घालून खावा; (८) खोकल्याची ढास आल्यास मध व लवंगा याचे चाटण बनवून द्यावे; (९) वातुळ प्रकृतिच्या माणसानी, अगर तुदिलता कमी करण्यास २ चमचे मध ४ चमचे कोमट पाण्यातून घ्यावा. मोठ्या व पिंगट रंगाच्या मधमाशानी गोळा केलेला मध, तसेच महाबळे-श्वरचा जाभळीचा मध सर्वांत उत्तम समजावा. मध जितका जुना तितका चागला.

(१०३) वैद्यापासून दुखणे नि वाण्यापासून प्राप्ति कधीं लपवू नये.

मघाची पारख करण्यास -

(१) माशी पकडून मघात टाकावी, उत्तम मघात माशी हतत नाहीं अगर तिच्या अगालाही मध चिकटत नाही.

(२) उभ्या कपड्यावर मध साडल्यास कपडा न भिजतां मध कपड्यावरून धरगळत जातो.

(३) मघाची वात करून जाळल्यास तेलाप्रमाणें जळत राहते.

(४) कुत्रा उत्तम मध चाटत नाही.

कागदाच्या तुकड्यापासून वस्तु

फुलपात्रे, दिव्याच्या शेडस्, फुलदाणी, लहान मुलांची खेळणी, हॅटस्, कुंड्या इत्यादि वस्तु कागद पासून बनविण्यास कागदाचे तुकडे प्रथम साबणाच्या पाण्यात भिजत घालावेत, नंतर तयार करायची वस्तु घेऊन साबणाच्या पाण्यात बुडविलेले कागदाचे तुकडे त्यावर लावावे. वस्तूचा संपूर्ण पृष्ठभाग अशा कागदाच्या तुकड्यानी झाकून गेल्यावर कणकीची चिककी लाऊन पुन्हा साबणाच्या पाण्यात बुडविलेले कागदाचे तुकडे लावावेत. तयार करायच्या वस्तूची जाडी सारखी राहिल या वेताने कागदाचे धर द्यावेत. नंतर ती वस्तु सावलीत वाळत ठेवावी; व सुकल्यावर कागदाची वस्तु प्रथम हलकेच हालवून ओढून काढावी. त्यावर मग एखादा रगीत कागद चिकटवून नक्षी काढावी. कणकीची चिककी बनविण्यास वाटीत पाणी घेऊन फार जाड नसलेल्या फडक्यातून कणीक पुरचुडो करून पाण्यात धरून हाताने हळु हळू चोळावी. पाणी चांगले दाट पाढरे झाल्यावर चुलीवर ठेऊन ढवळावे. मिश्रण घट्ट होऊन हवेचे बुडबुडे येऊ लागले की, खाली उतरून थड झाल्यावर तिचा उपयोग करावा.

वजन उचलण्याची शक्ति

(१) मनुष्यप्राणी सामान्यतः आपल्या वजनाच्या ५/६ एवढे वजन जमिनीवरून वर उचलू शकतो.

(२) घोडा आपल्या वजनाच्या १/२ वजन उचलू शकतो.

(१०४) तारे कितीही तेजस्वी असले तरी ते काळोखाशिवाय चमकू शकत नाहीत.

(३) गांधीलमाशी आपल्या वजनाच्या १५ पट तर मधमाशी २४ पट, पंगूळ ८५ पट वजन उचलू शकतो.

(४) देवमासा ताशी ८० मॅल वेगाने जाऊ शकतो व त्याने मारलेल्या तडाख्यात २०० हॉर्सपॉवर इतकी शक्ति असते. १ हॉर्सपॉवर म्हणजे ३३००० पौडाचे वजन, १ मिनिटात १ फूट वर उचलण्याची शक्ति.

(५) एका घोड्याने ५५ टन माल लादलेल्या १६ डब्याच्या मालगाडीस ६ तासात २० मॅल ओढीत नेल्याची नोंद आहे.

(६) चिडलेला गोरिला, मोठा वृक्ष १८ फूट उंच भिरकावू शकतो, तसेच बंदुकीची पोलादी नळी सहज वाकवू शकतो.

दाढी करण्याचे शास्त्र

दाढी करण्यात माणसाचे साधारणत वर्षाचे ३६॥ ताम जातात. दाढी दर महिन्यास १/२ इंच या वेगाने वाढत असते. दाढी करताना बोटानी त्वचा ताणून धरल्यास त्वचेवरील सूक्ष्म सुरकुत्या ताणण्याने नाहीशा होतात व त्यामुळे कुठेहि वस्तूच्याने कापले न जाता गुळगुळीत दाढी होते. पण वाजवीपेक्षा जास्त ताणल्यास मात्र त्वचा खुटाला घट्ट चिकटून बसते व केसाबरोबर त्वचेचेहि तुकडे येतात. दुसरा दाढीचा हात मारताना केसापेक्षा त्वचेचेच तुकडे जास्त आढळले. दाढी उलटी केल्याने केस अगदीं त्वचेपासून कापले जातात. दाढी करताना वस्तूच्याचा त्वचेशी २५° चा कोन असावा, व त्याकरिता आपल्याला जो सोयिस्कर पडेल असाच सेपटी रेझर निवडावा. निरनिराळ्या प्रकारच्या सेपटी रेझरच्या कोनामध्ये फरक असतो. त्यामुळे आपल्याला मानवेल असा वस्तरा निवडल्यास दाढी करण्यास बिलकूल त्रास पडत नाही. हनुवटीच्या कडेवरचे केस सरळ उगवतात, बाकीचे मात्र त्वचेशी ३१° ते ६०° चा कोन करून उगवतात. दाढी करताना साबण लावल्याने फेसामुळे दाढीतील पाणी लवकर सुकत नाही व दाढीचे खुटही चांगले भिजून नरम होतात. साबणाचा फेस दाट झाल्यास केसाना ताठ राहण्यास आधार मिळून वस्तूच्याने करणे सोपे जाते, शिवाय

(१०५) दिवसेदिवस वृद्ध होत चालल्याबद्दल वाईट वाटून घेऊं नका, अनेकांना ती सधीच मुळी मिळत नाही.

मेद-ग्रथीमुळे केसाला आलेली जलाभेद्यता फेसानें बरीच कमी होते. दाढीस फेस लावल्यावर २/४ मिनिटाने दाढी केल्यास दाढी चागली व लवकर होते, शिवाय पातेहि लवकर झिजत नाही.

१२०° पर्यंत तापविलेल्या पाण्यात डोक्याचे केस पाऊण मिनिट भिजत ठेवले तर ते केस दुप्पट ताणण्याअितके नरम होतात दाढीचे केस डोक्याच्या केसापेक्षा चौपट जाड असतात. म्हणजे दाढीचे केस चागले भिजून नरम करण्याकरिता कमीत कमी २/३ मिनिटे फेसात भिजत ठेवले पाहिजेत. त्वचेवर मेदग्रथी (Sebaceous Glands) असल्याने या ग्रथीतून एक तेलकट पदार्थ बाहेर येतो व तो केसाना जलाभेद्य (Water-proof) बनवितो. केस हे शाडुर्ग-धातूपासून (Keratin) तयार झालेले असतात. मजबूत व चिवटपणा हे या धातूचे वैशिष्ट्य होय. पाण्याचे शोषण हे धातु करीत असतात, दाढीच्या केसाने पाणी शोषण केलें म्हणजे ते मऊ पडतात व सहज ताणले जातात. शाडुर्ग-धातु नैट्रोजन व गंधक यापासून बनलेला असतो. करड्या व पाढऱ्या केसात हा धातु जास्त आढळतो.

मेणवत्तीचा प्रकाश

सर्वत्र अगदी मिट्टे काळोख असेल तर जास्तीत जास्त १ कॅंडल पॉवरची मेणवत्ती आदर्श अनुकूल परिस्थितीत ५० मैलपर्यंत उजेड (प्रकाश) देऊ शकते. तशी अनुकूल परिस्थिति जरी नसली तरी चागल्या मेणवत्तीचा उजेड १० मैलावरून दिसू शकतो; आणि अगदी साधारण परिस्थितीतही (मधे कसलाही आडोसा नसेल तर) मेणवत्तीचा उजेड १ मैलावरून सहज दिसतो.

समुद्राची लाट किती मोठी असू शकते

समुद्र कितीही मोठा असून अतिशय जरी खवळला असला तरी समुद्राची लाट ११ फुटापेक्षा जास्त असू शकत नाही. बोटीत बसणाऱ्यास त्याच लाटा कित्येक वेळा पर्वतप्राय वाटतात, याचे कारण लाट जेव्हा येते तेव्हा समुद्रात

(१०६) सकटाचे वेळी कोणीसुद्धा आपल्याला सोबत करीत नाही, कधीही पाठ न सोडणारी सावलीसुद्धा अंधार पडला की, कुठल्याकुठे गडप होऊन जाते.

खोलगट भाग निर्माण होतो व तेथे बोट तरगत असल्याने बोटींतील माणसास तीच लाट अतिशय मोठी (पर्वतप्राय) वाटू लागते.

चंद्र, सूर्य व पृथ्वी

$$\text{पृथ्वीचा व्यास (मैलांत) } \times १०८ = \text{सूर्याचा व्यास (मैलांत)}$$

$$\text{सूर्याचा व्यास (मैलांत) } \times १०८ = \text{पृथ्वीपासून सूर्याचे सरासरी अंतर (मैलात)}$$

$$\text{चंद्राचा व्यास (मैलात) } \times १०८ = \text{चंद्राचे सूर्यापासून सरासरी अंतर (मैलात)}$$

पर्जन्याच्या निसर्गदर्शित खुणा—

(१) वातावरणांत बदल होऊन, मेघसमुदायाची गति जमिनीच्या रोखाने सुरू होते. त्यामुळे आपला आवाज या मेघरूपी भितीवर आदळून त्याचा प्रतिध्वनि निघतो म्हणून तो आवाज लाब अतरावरून आल्याचा भास होतो.

(२) मेघाना काळाकुट्ट रंग चढतो. या मेघांत पर्जन्यधारा असतात त्यामुळे त्याचा रंग आधीच काळा दिसतो नि त्यात पृथ्वीचा धूसर रंग परावर्तित झाल्याने ढगाना अधिकच काळा रंग चढतो, त्यामुळे त्यांतून होणारे वक्रीभवन थाबते व सूर्यकिरणांची झिलई त्यांना चढविली जात नाही.

(३) धुराड्यातून काजळी खाली पडते. हवा कोरडी असल्याने काजळी धुराड्याला नेहमी चिकटून राहते. पर्जन्यवृष्टीपूर्वी हवेचा दाब कमी होऊन काजळी हवेतील पाण्याने दमट व ओलसर होते व ती जड झाल्याने साहजिकच खाली पडते.

(४) सूर्य निस्तेज होतो, चंद्राला खळे पडते. मेघ-निर्मितिसाठी आवश्यक असलेली वाफ वर जाऊन तिचे ढग बनल्यावर त्यातून चंद्र-सूर्य

(१०७) सूर्य मावळला तरी संधीप्रकाश मागे राहतोच की नाही? त्याचप्रमाणे सहवास संपला तरी त्याच्या स्मृति कायम राहतातच.

प्रकाशतात, तेव्हा साहजिकच त्याचेभोवती प्रकाशवलय निर्माण होऊन, खळे पडते.

- (५) लाकूड दमट हवेने फुगते व करकरू लागते.
- (६) समुद्राची भरती पुरी होऊन ओहोटी सुरू होते.
- (७) बोटीचा धूर खाली झुकून तो तरगताना दिसतो.
- (८) भित्ती ओलसर होतात.

हिऱ्याविषयी काही गैरसमजूती

(१) खरा हीरा पाण्यात तरंगतो हे चूक आहे. हीरा पाण्याच्या ३५२ पट जड आहे. गाळाच्या थरातून हिरे गोळा करताना या जडपणाचा उपयोग होतो.

(२) ऐरणीवर ठेऊन घण मारल्यास तो फुटतो. ही ही समजूत चुकीची आहे. हीरा नैसर्गिक अगर कृत्रिम अशा सर्व पदार्थात अत्यंत कठीण आहे पण त्याचबरोबर तो ठिसूळही आहे. हिऱ्याना पैलू पाडणारे कारागीर हिऱ्याच्या भिदुरतेचा (Cleavage) अभ्यास करतात व नेमक्या रेषेवर छिनीचा नाजूक ठोका मारून नैसर्गिक हिऱ्यातील दोष (Inclusions) काढून टाकतात.

(३) हीरा अथवा हिरकणी खाल्ल्याने माणूस मरतो हेही चूक आहे. काचेचा तुकडा खाल्ल्याने जो अपाय होईल त्याहून जास्त अपाय हीरा खाल्ल्याने होत नाही. किबर्ल येथील कामगार हिरे चोरून नेण्यासाठी हिरे गिळतात असे आढळून आले आहे.

(४) ढेकणाच्या रक्ताने हीरा फुटतो अगर ढेकणाच्या रसाचा हिऱ्याचे भस्म करण्यासाठी उपयोग होतो हेही चूक असल्याचें आढळून आले आहे. साबणाचे उपयोग

(१) फाऊटन पेन जर तोंडापासून गळत असेल तर तेथे साबण घासा व मग आटे बद करा, गळणे थांबेल.

(२) लाकडात स्क्रू जात नसल्यास, त्याच्या टोकाला थोडा साबण लावावा, म्हणजे स्क्रू सहजपणे आंत जाईल.

(१०८) ढीगभर आश्वासनापेक्षां टीचभर मदत बरी.

(३) टेबल अगर कपाटाचे खण पुढेमागे लोटताना कुरकुर वाजतात अशावेळी घासल्या जाणाऱ्या कडावर ओलसर साबण घासावा म्हणजे कुरकुरणे बंद होईल.

(४) कंदील फुटून तेल गळत असेल अगर स्पिरिट-लॅपमधून तेल बाहेर येत असल्यास अगर गॅसच्या नळीतून गॅस बाहेर येत असल्यास किंवा पेट्रोलच्या नळीतून पेट्रोल येत असेल तर तेथे साबण दाबून बसवावा म्हणजे गळणे थांबेल.

(५) तेलकट अगर घाणीचे काम करताना हातावर मावणाचा खूप फेस करून तो जिरवावा व मग काम सुरू करावे काम झाल्यावर हात चटकन् धुतले जातात.

(६) साबण चेहऱ्यावर लाऊ नका, तर हातावर घेऊन त्याचा पुरेसा फेस करून तो चेहऱ्यावर चोळावा म्हणजे फेस चेहऱ्यावर सर्व ठिकाणी लागला जाऊन चेहरा स्वच्छ निघतो.

डाबरी कोळसा व हीरा

डाबरी कोळसा व हीरा ही एकाच मूलद्रव्याची दोन रूपे आहेत. कार्बन हा मूलद्रव्य असलेला कोणताही पदार्थ भयंकर तपमान व अति प्रचंड दाब यांच्या आश्रयाने राहिल्यास त्याचा हीरा बनतो असा प्रचंड दाब व तपमान नैसर्गिकरित्या पृथ्वीच्या पोटात २४० मैल खोलीवर असतो. कृत्रिमरित्या असे तयार करायचे झाल्यास एका चौरस इचावर १६०००० पौण्ड दाब देणारा राक्षसी प्रेस व ५०००° फॅ. इतकी उष्णता देण्याची व्यवस्था केल्यावर शास्त्रज्ञानी बारिक हिरे तयार केले. कठीण पदार्थ घासण्यासाठी वा कापण्यासाठी असे कृत्रिम हिरे वापरतात.

गार कशी तयार होते ?

वादळी वाऱ्याच्या कचाट्यात सापडलेल्या विशाल मेघाच्या वरील बाजूकडील वाफ थंड झाली की, तिचे सूक्ष्म हिमकण बनतात व मग हे हिमकण हलके हलके खाली येऊ लागतात; पण वारा त्या कणाना पुन्हां

(१०९) गेलेल्या संधीबद्दल रडत बसण्यापेक्षां येणाऱ्या संधीचें स्वागत करा.

वर भिरकावून देतो, नंतर त्या हिमकणांभोंवती आणखी हिम जमतें व पूर्वपेक्षा जड झालेले ते हिमकण पुन्हां खाली येऊ लागतात; मागील प्रसंगाची आणखी पुनरावृत्ति होते अन् हिमकण अधिक जड बनतात. अशारीतीने २, ४, १० वेळा वरील प्रसंगाची पुनरावृत्ति होऊन प्रत्येक वेळी हिमकणावर बर्फाचा नवा पापुद्रा चढत जाऊन त्याची गार बनते.

आकाशातील विजापासून वचाव

विषुववृत्तावरील प्रदेशात विजेचे उत्पात जितके होतात तितके अितर अक्षांशाच्या प्रदेशात होत नाही डोंगर-मुलखात व समशितोष्ण कटिबधात विजा पडण्याचा संभव जास्त. अतिशय विजा चमकून पडण्याची भीति वाटत असल्यास आगीपासून, शेंगडीपासून, एकटे डुकटे वृक्ष, ताराची कुपणें, कुपणाच्या भिती, गवताची गजी, नदी-तलावाचे काठ, माणसाची गर्दी इत्यादि गोष्टी टाळाव्यात. खड्डा व चर, बंद झोंपडी अगर गाडीचाही आसरा घेण्यास हरकत नाही. वीज पडून जेव्हां मृत्यु येतो तेव्हा डांक्याच्या कातडीखालून जोराचा स्त्राव बाहेर पडतो, कातडीवर कोणत्याही प्रकारची इजा होत नाही, शरीरावर आगीमुळे चट्टे पडतात; टोपी घातलेली असल्यास तिला टाळूच्या जागी मोठे भोक पडते व कपड्याच्या फाटून चिध्या चिध्या होतात.

पॉलिशचे प्रकार व कृति

(१) सोन्या-चादीच्या भाड्याचें पॉलिश:-

प्रेसिपिटेड चॉक..... १ औंस
लिकर अमोनिया..... ३ औंस } याचा लगदा करून त्यात मेथिलेटेड

स्परिट २ औंस मिसळ्यावें व पॉलिशप्रमाणे भांड्यावर चोळावे.

(२) तावदाने स्वच्छ करण्यास वॉशिंग सोडा २ औंस व साबण १ औंस व पाणी यानी तावदानें स्वच्छ धुऊन मग साध्या पाण्याने धुऊन स्वच्छ फडक्याने पुसून काढावीत.

(३) लाकडाचे पॉलिश तयार करण्यास पिवळे मेण ४ औंस व राळ

(११०) स्वतः गटारांत उतरल्याशिवाय दुसऱ्याला गटारांत धरून ठेवणं कोणाला कसं शक्य आहे!

१ औस घेऊन मंद विस्तवावर दोन्ही एकजोव झाल्यावर त्यात ४ औस टर्पेटाईन टाकावे.

(४) तांबे, पितळ वगैरे भाड्याना लकाकी आणण्यास प्रेसिपिटेड चाँक २ औस, प्युमिस स्टोन अथवा मंगलोरी कौलाची २०० मेशची पूड १ औस, स्पिरिट ४ औस, टार्टरिक अथवा ओलिक ॲसिड-१ ड्राम व अमोनिया लिक्वीड-४ औस बाटलीत भरून घट्ट बूच लाऊन ठेवा.

सराफाकडे दागिने मोडतांना

सराफाच्या दुकानातील शे. ९० दागिने स्त्रियाच्या अगावरचे असतात. शे. ५ टक्के लहान मुलाच्या अंगावर घालण्याजोगे असतात, व उरलेल्या ५ टक्क्यात देवांची उपकरणी, ताट, वाटी, भाडे, चमचा इत्यादि गोष्टी मोडतात. सर्वसाधारणपणे दागिना तयार करताना दागिन्याला किती डाख लागला हे सराफालाच विचारून घ्यावे, व दागिन्याच्या पावतीवर लिहून ठेवावे. कारण यदाकदाचित् दागिना मोडण्याची वेळ आली तर दागिन्याला दिलेल्या डाखाचे प्रमाण अवाच्यासवा वाढविले जात नाही. सोन्याचा डाख म्हणजे २ भाग सोने, १ भाग तांबे व १ भाग शुद्ध चांदी असे असते. तर चांदीचा डाख २ भाग शुद्ध चांदी, १ भाग तांबे व १ भाग जस्त असा असतो. हे डाख सोन्या व चांदीपेक्षां अनुक्रमे लवकर वितळतात.

सराफ हे अस्सल दागिने सोन्याच्याच भावात विकतात किवा सोनाराकडे ४ तोळे सोने दिले तर तो ४ तोळे सोन्याचा डाखी दागिना गिऱ्हाईकाच्या हातांत देतो सोनाराची ही मधली किफायत गिऱ्हाईकाला लुबाडत असते. १ तोळ्याच्या सोन्याच्या पुतळ्या घेऊन सराफकट्ट्यावर मोडण्यास गेले तर ९२ रु. सोन्याच्या भावाचा सराफ ९० रु. मोडण्याचा भाव धरून ४ गुजा डाखाचे पैसे कमी करून गिऱ्हाईकाच्या हातात ८६ रु. च देतो. वास्तविक ४ गुजा डाख धरला तरी त्यांत २ गुजा सोनेच असते. प्रामाणिक सराफ २ गुजाच डाख कापील. ज्या ठिकाणी कमीतकमी डाख सांगितला जाईल तेथेच दागिना मोडावा. बांगड्या, आगठ्या, सर हे दागिने लवकर

(१११) काम नवरा करतो, पण त्याच्या पगाराबद्दल कुरकुर करते ती नेहमी बायको.

झिजू नयेत म्हणून त्यात थोडे तांबे मिसळतात, मोडताना मात्र गिन्हाईकाचें नुकसान होते. दागिना घेतांना आंतील तांब्याकडे बघत नाहीत. मोडतांना मात्र तांब्याचे वजन कापतात व सोने तेवढे कमी प्रतिचे आहे असे मानतात; त्यामुळे दागिने शक्यतोवर न मोडणेच श्रेयस्कर पडते.

खऱ्या मोत्याचे सहा गुण

(१) रवेवद गोलदारपणा. (२) वजनदारपणा; खरे मोती सोऱ्या अगर शिशासारखे जड असतात, सारख्याच आकाराचे खरे मोती कल्चर मोत्यापेक्षा १। ते १॥ पट वजनदार भरतो ताजे मोती वजनदार असतात, जसजशी वर्षे जातात तसतसे मोत्याचे वजन नकळत कमी भरते. (३) कठीणपणा. थरावर थर वसून झालेल्या खऱ्या मोत्यावर लहानशा हातोड्याचाही फार मोठा परिणाम होतो. (४) सौम्य सतेजता—मोत्याच्या आंतील भागातून प्रकाश वर येत आहे असे वाटते. खोट्या कल्चर अगर जपानी मोत्याचे तेज एकदम भडक वाटते व कालांतराने ते एकदम निस्तेज होते. (५) निष्कलंकता—कोठल्याही प्रकारचा तेलकट डाग नसणे, मोत्याच्या आतमधेही कुठलाही डाग नसतो. (६) तुळतुळीतपणा हा स्पर्शाला व डोळ्यांना जाणवला पाहिजे. मोती आतर्बाह्य तुळतुळीत हवेत. मोत्यावर आतून अगर बाहेरून भेग अथवा चीर हा दोष समजावा तसेच मोत्यावर खोलगटपणा, ८ या आकाराचे मोती, काळे डाग, आतील बाजू चिरल्यासारखे वाटणे हे मोत्याचे (खऱ्या व कल्चर) प्रमुख दोष समजावेत.

सूर्याविषयी थोडे

(१) सूर्यादयाच्या व सूर्यास्ताच्या वेळीं सूर्य लांबट आकाराचा दिसतो.
 (२) घारीखेरीज दुसरा कोणताही पक्षी सूर्याकडे पाहू शकत नाही.
 (३) सूर्य हा पृथ्वीपेक्षा १३ लक्ष पट मोठा आहे.
 (४) सूर्यप्रकाशाची बरोबरी करण्यास ४५५००० चंद्र एकत्र करावे लागतील.

(५) सूर्यापासून निघालेले प्रकाश-किरण पृथ्वीवर अवघ्या ८ मिनिटांत

(११२) डॉक्टर रोग्यांना जगवितात, यापेक्षा रोगी डॉक्टरना जगवितात हेच अधिक खरे आहे.

पोहोचतात, तर ध्रुव-तान्यापासून निघालेले प्रकाश-किरण पृथ्वीवर पांच-ण्यास ४६ वर्षे लागतात.

(६) दिल्लीला सूर्याची छाया दक्षिणेकडे कधीच पडत नाही, तर लाहोरमध्ये सूर्य डोक्यावर आलेला लोकाना कधीच दिसत नाही.

(७) ध्रुवावर सूर्य वर्षातून एकदाच उगवतो व मावळतो.

(८) पृथ्वीपासून सूर्य ९ कोटी, ३० लक्ष मैल लांब आहे, व १ लाख वर्षांनी पृथ्वी सूर्याकडे १ सेंटिमीटरने ओढली जात आहे.

सात वाराचा अनुक्रम कसा ठरला?

सर्व धर्मांनी व देशानी वार ७ च मानले आहेत. एवढेच नव्हे तर हिंदु, मुसलमान, यहूदी, ख्रिश्चन वगैरे लोक प्रत्येक वाराला सारख्याच नांवांनी संबोधतात. वाराचीं नावे ग्रहावरून दिली आहेत. पुराणकाळी पृथ्वी केंद्र-स्थानी मानली व ७ ग्रहही पृथ्वीच्याच भोवती फिरतात अशी ज्योतिषांची श्रद्धा होती. सर्वांत दूर शनीची कक्षा, नंतर गुरु, मंगळ, शुक्र, बुध, चंद्र असे मानले जाई आजमुद्धा हाच क्रम मानला जातो. फक्त पृथ्वी व सूर्य यांच्या स्थानांची आदलाबदल झाली आहे. जुने ज्योतिषी या ७ ग्रहाना २४ तासाचे स्वामी समजत. अशारीतीने प्रत्येक दिवसात सर्व ग्रहाची २१ तासात ३ वेळा पाळी येई. तरी ३ तास उरतच; तेव्हा परत पहिल्यापासून क्रम सुरू होऊन त्या दिवशी पहिल्या ३ ग्रहांना स्थान मिळून दुसऱ्या दिवशी ४ थ्या ग्रहापासून सुरुवात होई. पहिल्या दिवशी शनि, गुरु, मंगळ, सूर्य, शुक्र, बुध, चंद्र हे ग्रह ३ वेळां फिरूनही दिवसाच्या शेवटीं पहिले ३ ग्रह फिरत; त्यामुळे दुसऱ्या दिवशीं सूर्यापासून सुरुवात होई असे ७ दिवस झाल्यावर त्या त्या दिवशीच्या सुरुवातीचा ग्रह त्या त्या दिवसाचा स्वामी बनून सध्याच्या प्रमाणें रवि, सोम, मंगळ, बुध, गुरु, शुक्र, शनि याप्रमाणें ग्रहाची योजना झाली. पहिल्या पहिल्यादा (व अजूनही यहूदी लोक) शनिवारपासून सप्ताहारंभ मानण्यात येई व त्यामुळे शेवटी येणारा शुक्रवार अजूनही मुसलमानांत विश्राम-दिन मानतात.

(११३) जोपर्यंत स्त्रीचें पावित्र्य अढळ असते तोपर्यंत तिचा स्वाभिमान जागृत असतो.

ज्ञा. शि. ८...

भूगर्भातील खनिजे शोधण्याचे प्रकार

खनिजे शोधण्याचे ६ प्रकार आहेत.

(१) भूगर्भ-शास्त्रीय निरीक्षण (Geological Survey) भूगर्भातील थराथराचे वर्गीकरण करून त्याचे रासायनिक विच्छेदन (Chemical Analysis) केलें जातें बर्नरच्या ज्योतीवर जाळून, ज्योतीच्या रंगाचा अभ्यास केला जातो किंवा खडक घांसून त्याच्या पातळ Slides बनवून त्याच्या स्फटिकाच्या आकारावरून (Crystallography) धातूच्या घटकाचा अभ्यास केला जातो. (२) चुंबक-सुईच्या अनुरोधाने सुईच्या वळणाच्या दिशा व वळण्याचे प्रमाण यावरून माठ्याचे स्थळ व आकारमान यासंबंधी निष्कर्ष काढला जातो. चुंबक-क्षत्रात घनमध्यम आल्यास चुंबकीय परिणामात बदल होतो, यावरून शिशासारख्या घनपदार्थाच्या साठ्याचे सशोधन करता येते. (३) गुरुत्वाकर्षणाच्या नियमाने मोठी वस्तु छोट्या वस्तूस वजनाच्या प्रमाणात आकर्षित करते म्हणून ओढवा भू-पृष्ठाशी लव राहतो, ओळव्याशेजारी एखादा मोठा घनपदार्थ आणल्यास ओळव्याची दिशा व झोक्याचा वेळ बदलतो. वजनदार व घनपदार्थाचा साठा या पद्धतीने शोधून काढता येतो, (४) जमिनीत खोलवर जेथे साठा आहे असे वाटत असल्यास कृत्रिम स्फोट करून कृत्रिम भूकपाच्या लाटा ३ वेगवेगळ्या आलेखावर नोंदवल्या जातात. भूकपाचें स्थान ३ ठिकाणाहून सारखेच भरते, लाटा पोचण्यास लागणारा वेळ साठ्यामुळे बदलतो व त्यावरून साठ्यातील धातू ओळखतात. (५) जायगर म्युलर काऊन्टर (Giger Muller Counter) या उपकरणाच्या माहाय्याने किरणोत्सारी खनिजे शोधून काढता येतात. (६) ध्वनिलहरी भूगर्भात पाठवून निरनिराळ्या साठ्यातून जाताना त्यांना लागणारा वेळ नोंद केला जातो व साठ्याचे अनुमान निश्चित केले जाते.

डिझेल इजिनायिषयी महत्त्वाची माहिती

इजिन जर एकाच ठिकाणो ठेवायचें असेल तर आडवे, कर्मा गतीचें

(११४) म्हातान्याचा सल्ला घेऊ नका; अनुभविकांचा घेत चला.

“ओपन बेड” इंजिन बरे, पण जर त्याची जागा सारखी बदलायची असेल तर उभें इंजिन बरे, कारण ते हलके असून इकडे तिकडे हालविण्यास सोपे जाते.

आडव्या धर्तीचे मंद-गतीचे इंजिन अनेक वर्षे उत्तम काम देते. त्याची झीज थोडी होत असल्याने ते १५ ते २५ वर्षे सहज टिकते. डिझेल इंजिन-मधील डिझेल तेल पेट्रोलपेक्षा २/३ पटीने स्वस्त असून त्या इंजिनच्या अधिक कार्यक्षमतेमुळे १ गॅलन डिझेल १ गॅलन पेट्रोलपेक्षा जास्त काम देऊ शकते. साधारणपणे छोटे उद्योगधंदे (बागायतीस पाणी पुरविणे, टर-फलें काढणे, धान्य दळणे, गळिताची धान्ये फोडणे, कातणे, ऊसाचे गुन्हाळ, लांकूड कापणे, खेळणी बनविणे, खडी फोडणे, वीज-निर्मिति इ) चालविण्यास ५ ते २५ अश्वशक्तीची डिझेल इंजिने सर्वत्र वापरली जातात. बहुतेक भारतातले सर्व कारखाने मंदगतीची आडवी इंजिनेच तयार करतात; पण किलॉस्कर कंपनीचा कारखानाच द्रुतगतीची इंजिने तयार करतो. ५ हॉर्स पावरच्या द्रुत व मंद गतीच्या इंजिनात जवळ जवळ ४०० रु. चा फरक पडतो. द्रुतगतीची इंजिने स्वस्त पडतात. सारख्याच अश्वशक्तीच्या पेट्रोल व डिझेल इंजिनमधे, डिझेल इंजिन १० ते १५ टक्के मोठ्या आकाराचे व २० ते २५ टक्के जास्त जड व त्या प्रमाणात महागही पडतात. डिझेल इंजिनामधे उत्पन्न होणारे दोष त्रासदायक होण्यापूर्वी त्याची चाहूल लागते, शिवाय डिझेल तेल ज्वालाग्राहीही नसते आणि योग्य प्रकारचे तेल न मिळाल्यास दुसऱ्या प्रकारचे तेल वापरूनही इंजिन चालविता येते.

मर्हर्षि मनूची जलपरीक्षेची लक्षणें

(१) ज्या ठिकाणी झाडेझुडपे निरंतर हिरवीगार राहतात. (२) ज्या ठिकाणी भुईकमळ, तालीमखाना, वाळा, चिकणा, देवतळ याची बेटे आहेत. (३) ज्या जागेतील दगडाचा रंग मध, तूप, पारवा यासारखा किंवा तांबडा असेल तर (४) वेताचे बेट असलेल्या ठिकाणच्या पश्चिमेस सुमारे ३ हातापलीकडे ५ हात खोलीत पाणी मिळेल, (वराहमिहीर सशो-

(११५) घेणाऱ्याचा हात कधी दमत नाही आणि आचारी कधी भुकेला राहत नाही.

घन). (५) पळस व बोर ही झाडे एकत्र असून त्यांच्याजवळ वारूळ असेल तर ३ हातापलीकडे १६॥ हात खोलीत पाणी मिळेल. (६) सात-विणीचा वृक्ष वारूळाश्रीत असेल तर त्या वृक्षाच्या उत्तरेस २५ हाताखाली उत्तरेकडून आलेला गोड्या पाण्याचा झरा मिळेल. (७) औदुबर वृक्षापासून ३ हात जागा सोडून १२॥ हात खोलीत चागले पाणी मिळेल. (८) पळस, उबर, वड हे एकत्र आढळतील तर त्यांच्या खाली १५ हात खोलीत उत्तरेकडून येणारा झरा आढळेल. (९) वृक्षाश्रित, वृक्ष वारूळाश्रित, भूपृष्ठातील परिस्थित्यनुरूप वनस्पत्याश्रित, पाषाण परिस्थित्यनुरूप इत्यादींचे सशोधन करून पाण्याचे स्थळ निश्चित करतात. (१०) 'त्रूल' नांवाच्या झाडाची फादी तोडून आणून Y या आकाराप्रमाणे कापावी नंतर वरील दोन टोके हातात धरून बुधा आपल्याविरुद्ध दिशेला क्षीति-जाकडे करावा, खाली पाणी असल्यास ही हातातील फादी थरथरू लागेल व अगात चमत्कारिक सवेदना निर्माण होतील. काही ठराविक माणसांनाच असे थरथरणे जाणवू लागते.

वनस्पतीना रगीबेरंगी फुले कशी येतात ?

वनस्पतीचा लहानांत लहान भाग म्हणजे पेशी (cell). पेशीचे २ भाग असतात. वरच्या भागात पाण्यात विरघळलेले रंग असतात तर आतल्या भागात (Sap) पाण्यात न विरघळणारे रंग असतात. या रगात अन्थोसायनिन्स' चा समावेश होतो. या 'अन्थोसायनिन्स' चे अनेक प्रकार आहेत; त्यामुळे लाल, हिरवा, जाभळा, निळा, गुलाबी इत्यादि रंगच्छटा फळा-फुलाना येतात. वनस्पतीमध्ये सायट्रिक ॲसिड, फॉर्मिक ॲसिड, युरिक ॲसिड इत्यादि आम्ले व सोडा, अमोनिया इत्यादि आल्कली असतात. त्यामुळे रगीत पदार्थांचे रंग बदलतात. दोन पदार्थ एकत्र आणले म्हणजे त्याचे रंग बदलतात व त्यावर तिसऱ्याच अपेक्षित रंगाची छटा येते. फुलांमध्ये एकापेक्षा जास्त 'अन्थोसायनिन्स' किंवा तत्सम रगीत पदार्थ

(११६) बायका बी. अं. झाल्यावर त्यांना फक्त एकाच गोष्टीचे ज्ञान होते आणि तें म्हणजे, "आपण बी. अं. झालो नसतो तरी चालले असते" हे होय.

असले म्हणजे त्याचे मिश्रण होऊन फुलाला निराळ्याच रगाची छटा प्राप्त होते.

पद्म-पुराणांतील पृथ्वीचे वर्णन

पृथ्वीचा आकार सध्यासारखा गोल नसून तो प्रफुल्ल कमल-पुष्पाच्या आकाराप्रमाणे आहे असे पद्म-पुराणांत पृथ्वीचे वर्णन केलेले आहे. या कमल-पुष्पास ७ पाकळ्या असून तीच सप्तद्वीपे होत. तसेच समुद्रही ७ असून प्रत्येक द्विपानंतर एक समुद्र अशी ढोबळ रचना कल्पिली आहे. त्याचा ओळीने अनुक्रम असा—(१) जंबूद्विप (२) क्षारसमुद्र (३) प्लाकक्षद्विप (४) इक्षुसागर (५) शाल्मलद्विप (६) सूरसागर (७) कुशद्विप (८) घृत समुद्र (९) क्रौंचद्विप (१०) क्षोरसमुद्र (११) शकद्विप (१२) दधिसागर (१३) पुष्करद्विप (१४) शृद्धोदकसागर. ही द्वीपे व सागर एकापेक्षा एक मोठमोठे होत गेलेले आहेत. आधुनिक शास्त्रद्वारे परीक्षण करता वरील वर्णनात बरेच तथ्य आहे असे निदर्शनास आले आहे.

वीज म्हणजे काय ?

विद्युत् ही कणाची बनलेली आहे असे योगशास्त्राचे सागणे आहे. हें विधान मॅडम ब्लॅव्हॅट्स्की याच्या इ. स. १८८८ साली प्रथम प्रसिद्ध झालेल्या 'सिक्रेट डॉक्ट्रीन' या पुस्तकात केलेले आहे, त्यानंतर सर टॉमसन, क्रुक्स व इतर शास्त्रज्ञांनी १८९७ साली निर्वात काचेच्या नळीत विद्युत्प्रवाह सोडून वीज ही कणाचीच बनलेली आहे हें सिद्ध केले आहे. हे कण म्हणजे प्रोटॉन्स, इलेक्ट्रॉन्स हे होत. निर्वात काचेच्या नळीच्या एका बाजूने विद्युत्प्रवाह सोडला व नळीत अतिशय लहानसें अॅल्युमिनियम चक्र ठेवले तर विद्युत्कणांच्या मान्यामुळे हें चक्र फिरलेलें आपल्याला दिसू लागते; तसेच नळीच्या या टोकापासून दुसऱ्या टोकापर्यन्त विद्युत्प्रवाह जात असतां तो कणांच्या स्वरूपात जात आहे असे आपल्या दृष्टीस पडते.

(११७) कीर्ति ही वाफेसारखी आहे, लोकप्रियता हा अपघात आहे, श्रीमंती वाऱ्यावर उडून जाते, कायम टिकणारी गोष्ट एकच, ती म्हणजे चारित्र्य.

दोन आणि दोन म्हणजे चार होतातच असें नाही

दोन गॅलनभर पाणि घेतले आणि त्यात दोन गॅलन आल्कोहोल टाकलें तर त्याचे मिश्रण ३५ गॅलनच होईल, याचें कारण असे की, पाणी व आल्कोहोल याच्या एकत्रीकरणानें त्याच्या अणू-रेणूत रासायनिक देवाण घेवाण होऊन मिश्रणाचे घनफळ ५ टक्क्यानी कमी होते. अशारीतीने घनफळात घट झाल्याने द्रवपदार्थाचें मिश्रण पूर्ण ४ गॅलन न होतां ३.५ गॅलनच होईल.

आवाजाची मर्यादा

- (१) आगगाडीची शीळ ३३०० यार्डपर्यंत ऐकू येते.
- (२) चालत्या गाडीचा आवाज २८०० यार्डपर्यंत ऐकू येतो
- (३) कुत्र्याचें भोकणे १८०० यार्डपर्यंत ऐकू येते.
- (४) नगाऱ्याचा आवाज १६०० यार्डपर्यंत ऐकू येतो.
- (५) मनुष्याचा आवाज १००० यार्डपर्यंत जातो.
- (६) मोठ्याने बोलल्यास स्पष्टपणे ६०० यार्डावरून व्यवस्थित ऐकू येते.

पाण्याची शक्ति

१५० फूट उचीवरून १ घनफूट पाणी खाली पडले तर त्यापासून १० किलोवॅट किवा १ युनिट वीज निर्माण होऊ शकते; म्हणजे रस्त्यावरून ४० मैल वेगाने १२ अश्वशक्तिची मोटार चालविण्यास जेवढी प्रेरकशक्ति लागते, तेवढी मिळू शकते. १०० माणसांच्या कामाऐवढे काम ती देते, असे म्हणायला हरकत नाही. एक किलोवॅट वीजेवर नेहमीच्या सामान्य उजेडाचे २५ दिवे पेटत राहू शकतात; किंवा २० फूट खोलीवरून पाणी पंपाने खेचून दरसाल ५० एकर जमीन भिजविता येते, अशा १००० युनिटवर उतारूची गाडी ५० मैल (ताशी) वेगाने चालविता येते. पाण्याच्या शक्तिवर निर्माण केलेल्या विजेमुळे दर युनिटमागे ५ टन कोळशाची दर-

(११८) दुसऱ्याच्या गुणाची प्रशंसा करण्याच्या वृत्तिमुळे जितके मित्र जोडले जातात तितके दुसऱ्या कोणत्याही उपायानें जोडले जात नाहीत हे लक्षांत ठेवा.

साल बचत होते. एक क्युसेक म्हणजे दर सेकदास १ घनफूट या गतिने जाणारे पाणी. १ क्युसेक पाणी २४ तास वाहिले तर २ एकर फूट पाणी साठते. १० लक्ष एकर फूट पाणी म्हणजे ४३५६०००० घनफूट पाणी.

चांदीप्रमाणे, दिसणारे धातू

(१) कासें-- ५ भार तांबे - १ भार कथील. -पांढरटवर्ण, कडक व ठिसूळ. कठीण पदार्थावर आपटल्यास आवाज.

--मोतिचूर, आंगठ्या, घंटा, जोडवा, मासोळ्या, वाकड्या.

अलंकारावर घाव घातल्यास अलंकार तुटेल.

(२) कथील--चांदीप्रमाणे परंतु झळाळी कमी, चादीपेक्षां जड, जास्त लवचिक, थोड्या तपमानास वितळणारा, सर्द हवेचा परिणाम होत नाही. लोखंड गजू नये म्हणून रांकेल-डबा, पत्रे यावर मुलामा देतात.

(३) जस्त--शुभ्र झळाळी व निळसर झांक, ठिसूळ व कडक, घाव घातल्यास तुकडे, लोखंडावर मुलामा देण्यास, पितळ, ब्राँझ या मिश्र धातूस, चांदीचा डाख तयार करण्यास उपयोगी पडतो.

(४) अॅल्युमिनियम--चकचकीत पाढरा पण फार हलका. तारा, पत्रे, करण्यासाठी उपयोगी; विमानासाठी, स्वयंपाकाची भाडी तयार करण्यासाठी उपयोग. चादीपासून सहज वेगळा करता येतो.

(५) जर्मन सिल्व्हर--पांढरटसर, साध्या आगीत रूप्याप्रमाणे आटत नाही, चादीबरोबर आटतो त्यामुळे चांदीत मिश्र करून रूपे बनवितात. ठोक अलंकार बनतात. कडी, तोडे, नक्षीदार अलंकार बनत नाहीत. तापवून लोखंडाप्रमाणे घडवित! येत नाही.

(६) चादी-पाढरी स्वच्छ, फार लवचिक, चिवट, मऊ दागिने सहज वाकविता येतात. आपटल्यास बद्द आवाज निघतो. तांबे मिक्स केल्यास लवचिकपणा जाऊन कडकपणा येतो. सुरती चादी-१। तोळे तांबे-मिश्रित. गावठी चादी- ते ५ तोळे तांबे-मिश्रित.

(११९) अभिमानाचा त्याग करणारा माणूस प्रेमास पात्र होतो, राग सोडलेल्यास दुःख होत नाही, अभिलाषा सोडलेला माणूस श्रीमंत होतो आणि लोभ सोडलेला खरा सुखी होतो.

(७) रुपे-चादी + तांबे. रुप्याचे अलंकार वाकतील, पण मोडणार नाहीत. साधारण ६ ते ८ आणे भार तांबे मिक्स केल्यास बऱ्यापैकी रुपे तयार होते.

अॅल्युमिनियमची भांडी

अॅल्युमिनियमच्या भाड्यात वॉशिंगसोडा घालू नये; तसेच अॅल्युमिनियमची भांडी धुतल्यावर चागली वाळवावीत, कारण ती ओली राहिल्यास त्याचा पृष्ठभाग खरखरीत होतो, व त्यावर बारिक खळगे पडतात. ही भांडी जळून खराब झाल्यास त्यांत एखादा कांदा उकडल्यास ती स्वच्छ होतात व भाड्याचे जळमट पाण्यावर येतें. कोणच्याही भांड्यास काद्याचा वास येत असल्यास त्यांत बटाटा शिजविल्यास तो वास नाहीसा होतो. वापरून झाल्यावर सर्व भाड्यात लगेच पाणी ओतून ठेवावे.

डोळ्यांना आकाशांत तारे किती दिसतात ?

चागली दृष्टि असलेल्या माणसाला दुर्बिणीच्या साहाय्यावाचून फक्त ९००० तारे दिसतात, पण आपण एकाचवेळी सर्व आकाश पाहू शकत नाही, एका वेळी त्याचा फक्त अर्धा भागच आपल्याला दिसू शकतो म्हणून कोणत्याही एका वेळी ४॥ हजार तारेच आपल्याला दिसतात क्षितिजावरील बरेचसे तारे लोपल्यामुळे मोजायच्या वेळी फक्त ४००० तारेच मोजू शकाल, हे निरनिराळ्या शास्त्रज्ञांनी प्रयोग करून ठरविले आहे.

मेंदूतील वीज

शरीरातील सोडियम व पोटॅशियम ही दोन रसायने $\frac{1}{10}$ व्होल्टस् इतका विद्युत्प्रवाह निर्माण करतात, आणि एका कलेमधे (Nerve Cellneuron) हा प्रवाह उत्पन्न झाला म्हणजे तेथून तो दुसरीत, दुसरीतून तिसरीत असा एका क्षणांत जातो. डोळा व मेदु यांचे उदाहरण घेऊ या. डोळ्यात १० कोटी प्रकाशज्ञ (प्रकाशकला) आहेत, पण डोळ्यातून मेदूकडे जाणाऱ्या ज्ञानतंतूची सख्या फक्त १० लाख आहे, त्यामुळे जेव्हा १०० प्रकाशज्ञ कला एकदम एकेवेळी सदेश पाठवितात तेव्हाच मेंदूला त्याची जाणीव होते.

(१२०) कोर्टात न्याय मिळत नाही, कोर्टात जें काही मिळतें त्यालाच 'न्याय' म्हणतात.

एकट्या दुकट्या ज्ञानतंतूचा सदेश मेदूपर्यंत जाऊन पोहोचत नाही, जेव्हा खूप फेरबदल होतो व पुष्कळ ज्ञानतंतू सदेश पाठवितात, तेव्हाच ते मज्जासंस्थांच्या फटीवरून उडी मारून जातात, आपली मज्जासंस्था सलग नाही, त्यात मधेमधे फटी (Synapse) आहेत. मेदूच्या जितक्या जास्त भागाचा तुम्हाला उपयोग करता येईल, म्हणजे मेदूतील विद्युत्प्रवाह जितका जास्त बलवान् तितके तुम्ही अधिक बुद्धिवान्. जेव्हा मेदूतील ही विद्युत्प्रवाहाची बाधा होते, तेव्हा मनुष्य वेडे चाळे करू लागतो.

दिवा विजलतांना मोठा कां होतो ?

दिवा जळत असताना ज्योतीतील तेल केशाकर्षण शक्तिमुळे एकसारखे जळत असते किंवा वर चढत असते. दिवा प्रकाश देताना तेलच जास्त जळत असते, त्यामानाने ज्योत फारच कमी जळते, दिव्यातील तेल सपलें की, तेलाचा प्रवाह सपतो व ज्योत सुताची असल्याने एकदम पेट घेते, त्यामुळे थोडा जास्त प्रकाश दिसतो.

कपड्यावरील डाग काढणे

चहाकाँफीचा डाग नुकताच पडला असल्यास थंड पाण्याने निघतो. डाग पक्का झाल्यास कपडा ओला करून उकळत्या पाण्यात टाकणखार विरघळवलेले पाणी डागावर ओतावे; म्हणजे डाग साफ निघतो. गजाचा डाग ऑक्झॅलिक ॲसिडने तेव्हाच निघतो. शाईचा डागही या ॲसिडने निघतो. खाद्यपदार्थांचे डाग बेन्झिनने अगर इथरने निघतात, तसेच कार्बन टेट्रॅक्लोराईड म्हणून बाजारात मिळणाऱ्या ज्वालाग्राही द्रावामुळे बरेचसे डाग साफ निघतात. तेव्हा डाग काढण्यास प्रथम साधेसाधे उपाय करावेत. लिंबाचा रस व मीठ, टाकणखारमिश्रीत उकळते पाणी, धोव्याकडील धुणे, बेन्झिन अथवा इथर, ऑक्झॅलिक ॲसिड व शेवटी कार्बन टेट्रॅक्लोराईडचा वापर करणे.

सुती अगर लॉकरीचा कपडा ओळखणे

(१) कपड्याचा अखेदा धागा काढून जाळून बघावा; सुती कपड्याच्या

(१२१) रोग, शत्रू व स्त्री यांवर नियंत्रण न ठेवल्यास तिन्हीं डोक्यावर बसतात.

धाग्याची राख होऊन उडून जाते. लोकरीच्या कापडाचा धागा जाळल्यास वास सुटून 'गोळी' बनते.

(२) धुण्याचा सोडा कपभर पाण्यात घालून उकळल्यावर त्यांत लोंकरीचे धागे टाकल्यास ते चिकट होऊन त्यांतच विरघळतील. सुतावर मात्र काहीही परिणाम होणार नाही.

कपडे धुण्याची रीत

चोळ्या, पोलकी, लगोट, गंजीफ्रॉक, टॉवेल इत्यादि रोजचे कपडे धुतांना साधारण कोमट पाणी करून त्यात हे कपडे भिजत घालावेत. फार उकळत्या पाण्यात कपडा भिजत घातल्याने कपड्यावरील मळ पक्का होतो. उकळत्या पाण्यांत सोड्याची भुकटी टाकून ते पाणी कोमट झाल्यावर मग कपडे भिजविण्यास वापरावे. नंतर कपड्याच्या जास्त मळलेल्या भागावर साबू चोळावा. रोजच्या धुण्याचे कपडे १ तास भिजत घातल्यास पुरतें. साबू लावून भिजवून ठेवल्यावर धुताना सबकणे व पाणी बदलणे ही ३।४ वेळा करावी, कपडे दगडावर आपटण्याची अगर लांकडाच्या दाडक्याने कपड्यावर मारण्याची जरूरी नाही, अशाने उलट कपडे लवकर फाटण्याचा संभव असतो; तेव्हा सबकणे, पिळणे, पाणी बदलणे ही क्रिया करूनच कपडे जास्त स्वच्छ निघतात.

लोंकरीचे अगर रेशमी कपडे धुतांना

लोकरीचे कपडे धुण्यास फ्लेक्स वापरून अगर साबूच्या वडीचे अगदीं बारीक बारीक तुकडे करून पाण्यात विरघळल्यावर त्या पाण्यात कपडे भिजत घालून बरेचवेळा ते वरखाली करावे. मळ पूर्णपणे सुटला आहे असें वाटल्यास ते पाणी टाकून दुसऱ्या साबूच्या पाण्यात कपडे खळबळ्यावेत. नंतर नुसत्या कोमट पाण्यात खळबळून साबू निघून गेल्यावर नुसते हाताने दाबून पाणी काढावे व थोडे हाताने ताणून वाळत टाकावे; पिळू नये. रेशमी कपडे धुण्यास मुगाची वा तुरीची अच्छेर डाळ रात्री पाण्यात भिजत टाकून दुसरे दिवशी ती कुस्करून त्यांत कढत पाणी ओतावे व त्यांत रेशमी कपडे

(१२२) जगांतील सर्वांत अज्ञात प्रदेश आपल्याच टोपीखालीं नाही हे प्रत्येकाने तपासून पहावे.

अगर लुगडें भिजवावे. २-२॥ तासानंतर ४-५ गॅलन कोमट पाण्यात स्क्रन्स अमोनिया २-२॥ औस घालून त्यात कपडे धुऊन मग थंड पाण्यांत खळबळावे व वाळत टाकावे. दमट असतानाच धुवट कपड्यात दाबून धरून इस्तरी करावी. रेशमी कपडे लोकरोच्या कपड्याप्रमाणें धुतले तरी चालतात, परंतु खऱ्या रेशमाचे कपडे वरील पद्धतीनेच धुतल्यास चांगले. मुख्य म्हणजे पिळून कपडे धुऊ नयेत.

तेलमिश्रित रंगाचे डाग काढण्यास

टर्पेटाईन व अमोनिया समभाग घेऊन डाग पडलेल्या ठिकाणी हे मिश्रण कपड्यावर जोराने चोळावे, नंतर कपडा साबणाने व्यवस्थित धुवावा.



(१२३) स्वतःची पत्नी, मिळणारे भोजन व धन या ३ गोष्टीत माणसानें समाधान मानावें, पण अध्ययन, जप व दान यांमध्ये तृप्तीचें समाधान मानूं नये.

विद्वानांच्या संवयी

(१) इतिहास—सशोधक म. म. द. वा. पोतदार यांना तपकीर ओढण्याची फार सवय. तसेच कपडे बदलण्याचाहि त्यांना फार शोक आहे.

(२) प्रा. न. र. फाटक यांना पान चघळण्याचे जबरदस्त व्यसन आहे, पान तोडात असता कितीतरी जुन्या मनोरंजक आठवणी ते सांगतात.

(३) लोकसभेचे स्पोकर कै. दादासाहेब मावळकर घरात असले म्हणजे अर्धी चड्डी घालीत व सदरा न घालता उघडे राहणे त्यांना फार आवडत असे.

(४) आचार्य अत्रे प्रत्येक शनिवारी न चुकता मारुतीच्या दर्शनास जातात.

(५) साने गुरुजींना लहान मुलांना गोष्टी सांगण्याचा फार हव्यास असे.

(६) प. नेहरू व चिं. द्वा. देशमुख यांना बागकामाची फार आवड आहे. स्वतः झाडे व रोपटी लावून त्याची ते निगा राखतात.

(७) सी. व्ही. रामन् यांना रहस्यकथा वाचणे फार आवडतें. चागल्या चागल्या रहस्यकथांचा संग्रह त्यांचेपाशी आहे.

(८) रिसायतकार सरदेसाई यांना लाकडे फोडण्याची फार हीस.

(९) मु. रा. जयकर यांना फिड्ल् वाजविण्याचा फार नाद असे.

(१०) रोमचा सुप्रसिद्ध पोप यास लहानपणापासून कविता करण्याचा फार नाद. अभ्यासाकडे दुर्लक्ष करून कविता केल्यामुळे वडिलांनी त्याला मारलें, तेव्हा रडत रडत तो वडिलांना म्हणतो—

(१२४) माणूस स्वतःविषयी जितका कमी बोलेल तितकें त्याला इतरांच्या जीवनाशीं समरस होणें सुकर जातें.

“ Father, Father Pity take

I shall no more verses make ”

(११) रझवेल्ट व पंचम जॉर्ज यांना पोस्टाची तिकिटे जमविण्याचा फार छद होता.

(१२) आईन्स्टीनला फिड्ल् वाजविण्याचा फार नाद असे.

हात व हातावरच्या रेषा

टायपिंग करताना उजव्या हातापेक्षा डाव्या हातानेच अधिक काम करितां येते. जगातील निम्म्याहून अधिक लोकांचा ज्योतिषावर व हस्तसामुद्रिकावर विश्वास आहे, असे आढळून आले आहे. त्याचबरोबर हातावरच्या रेषा म्हणजे दुसरे तिसरे कांही नसून स्नायूच्या क्रियेमुळे पडलेल्या घड्या होत, असेही काही शास्त्रज्ञांचे म्हणणे आहे. प्रत्येक मनुष्याच्या हातावर या रेषामधे फरक आढळतो. एवढ्याच आधारावरून हस्तसामुद्रिकानी आडाखे बाधले आहेत.

देवासाठी खर्च

मुंबईसारख्या सुधारलेल्या प्रदेशात आजही भाविक लोक दररोज १७४४४ रु देवासाठी खर्च करतात. मुंबईत एकूण ४३८ देवळे, १०३ मशिदी, २२ चर्च, १८ पार्शी अग्यारी, ८ जैन-मदिरे, १ बुद्धविहार इतकी पूजास्थाने आहेत. अग्याच्यात राज १५० पौड (म्हणजे जवळ जवळ ५०० रु. चे) चंदन जाळण्यात येते, देवळात १५ ङबे तूप अथवा डालडा (१५०० रु. चें), चर्चमधे ५०० मेणबत्या (३०० रु) जाळण्यांत येतात. रोज २०००० नारळ (४००० रु.) देवापुढे ठेवण्यात येतात. या सर्व पूजास्थानात रोज ९० हजार लोक देवदर्शनासाठी जातात. या सर्व देवा-लयातून रोज (१६१७०० ताब्याचे पैसे) २६९५ रु. पुजारी जमा करतात, म्हणजे दर देवळांत रोज जवळजवळ ५ रु. चा खुर्दा जमा होतो. या बहुरंगी-

(१२५) भोपळ्याचा वेल मोडक्या तोडक्या काटकांच्या साहाय्याने वर चढतोच की नाही; मनुष्याचा अहंकारही आपला मोठेपणा सिद्ध करण्याकरितां मिळेल त्या साधनांचा आश्रय घेत असतो.

बहुढगी मुबईत भाविक लोकाकडून एवढे दान करण्यांत येते हें अकून जरा आश्चर्यच वाटेल.

आंकड्यांबद्दल शकुन व अपशकुन

ज्याप्रमाणे पाश्चिमात्य लोकांत १३ हा आकडा अपशकुनी समजतात त्याप्रमाणें आपल्याकडे शून्याविषयी असाच लोकभ्रम रूढ आहे. कोणत्याही सख्येच्या शेवटी शून्य आल्यास ते अशुभ मानले जाते. त्यामुळे आहेर, देणगी वगैरे देताना शेवटी १ हा आंकडा येईल अशा तऱ्हेनें दान करतात. दुसरा लोकभ्रम म्हणजे दुकानदार, भाजीवाले, दुधवाले वगैरे १ हा आकडा गोडानें उच्चारायला भितात. म्हणूनच ते पहिल्या विक्रीला भवानी म्हणतात आणि माल देताना पहिल्या मापास “लाभ ९” असे मानतात. प्रत्येक देशांत असें काहीना काही प्रकार रूढ आहेत. अजा, बिजा निजा इही नेयम बराचसा सत्य आहे, असें कित्येकांचें मत आहे.

राचा व विचार करा

(१) लौकर निजला, लौकर उठला, तालमीत गेला, घासभर कमी जेवला, प्रामाणिकपणान वागला आणि एके दिवशी गाडीखाली सापडून गेला.

आणि

उशिरा निजला, उशिरा उठला, सिनेमाला गेला, तमाशा पाहिला, हॉटे-ग्रांत गेला, मुर्गीमटण जेवला, अजीर्ण झाले, पोटदुखी झाली, पेन्शन घेतलें, गॅव्हिडट फड घेतला, धर बाधलें आणि ९५ व्या वर्षीं एके दिवशी उचकीनें गेला.

(२) बाथरूम पाहिली, तलाव पाहिला, ब्लाऊझ पाहिले, पातळे पाहिली, त्रा-कुत्री पाहिली, बिछाना पाहिला, मेदु वखवखला, हृदय तापले आणि खेर नवकाव्य जन्मास आले.

(१२६) जरूरीपेक्षा अधिक वस्तू जवळ बाळगण्याची इच्छा करूं नका, ज्याच्याजवळ एक घड्याळ असतें त्याला किती वाजले तें नक्की कळतें; ज्याच्याजवळ दोन घड्याळे आहेत त्यांना किती वाजले हें नेमकें कधीच कळत नाहीं.

(३) भूक काहीं लागेना, चूल कांही पेटेना, नवरा मनास येईना, सासू कांही अकेना, पैसा हाती येईना, पोरं व्हायची थाबेना, प्रेम जमेना, प्रेम पचेना, पाळणा सुटेना, केस बांब केले, ओठ रगवले, ५ वारी विकत आणली, 'मनि' विना मनिबॅंग हातात घेतली, रिक्षा पकडली आणि कुठं तरी एकस्ट्रॉ म्हणून वणवण भटकली.

(४) टाक घेतला, दौतीत बुडविला, कागद काढला, काडी आणली, विडी शिलगावली, झुरका मारला, कागद लिहिला, पोस्टात गेला, पाकीट आणल, पोस्टात टाकल, छापून आलं आणि अखेर लेखक (!) व्हायचं जमल.

पाहुण्यांच्या त्रासावर योजना

(१) दारावर खडखड वाजले की, कोट-टोपी घालून दार उघडावे; जर येणाऱ्या पाहुण्याला टाळायचें असेल तर म्हणावे, "कृपा करून पुन्हा केव्हा तरी याल कां? जरा जरूरीच्या कामाला निघालोय मी! व हवें असणारे माणूस आले तर म्हणावे, "ओ हो, या या-आत्ताच बाहेरून आलोय मी!"

(२) टाळलेला मनुष्य जर म्हणत असेल की, "जेव्हा मी येतो, तेव्हा तुम्ही नेमके कसे बाहेर जातां?" त्यावर आपण म्हणाव, "काय योगा-योग बघा, तुमच्या आमच्या भेटीला मुहूर्तच लागत नाही."

(३) आपल्याला नको असलेला इसम, परंतु आपल्याला नेहमी घरी बोलावणारा जर रस्त्यात भेटला तर म्हणावे, "तुम्ही आम्हाला नेहमीं बोलावितां नि वेळात वेळ काढून आज तुमच्याकडे निघालो तर तुम्ही गर्दीतच दिसतां; असो आता पुढच्या खेपेस मात्र नक्की येईन ह!"

विविध देशांतील लोकांचा स्वभाव

फ्रेंच लोक—बोलतात आणि काय करायचें ते त्यानंतर करून दाखवितात.

ब्रिटिश लोक—बोलतात आणि त्याचवेळीं ते करतात.

अमेरिकन लोक—प्रथम करतात आणि नंतर बोलतात.

(१२७) अहंकार व लोभ हें माणसाच्या ९९ टक्कें दुःखाचें कारण आहे.

जर्मन लोक—बोलत नाहीत, म्हणजेच न बोलतां करतात.

रशियन लोक—बोलतात थोडे पण केलेले जास्त दाखवितात.

जपानी लोक—बोलतात थोडे आणि करतात फार.

हिंदी लोक—बोलतात फार आणि करतात थोडे.

जगांतील सर्वांत पुढारलेला देश—अमेरिका

(१) अमेरिकेत शे. ३३ टक्के कुटुंबे जेवणाचे वेळीं प्रार्थना करतात.

(२) शे. ६० टक्के स्त्री—पुरुष चष्मा वापरतात.

(३) शे. ६० टक्के स्त्री—पुरुष मद्यपान व तितकेच जण धूम्रपान करतात.

(४) शे. ९६ टक्के लोक परमेश्वराचे अस्तित्त्व मानतात.

(५) १० पैकी ७ घरात माजरापेक्षां कुत्राच पसंत केला जातो.

(६) अमेरिकेत नवरा—बायकांतील भाडणे प्रथम पैशावरून होतात, दुसरे कारण मत्सर व तिसरे कारण मुले हे होय.

(७) कोणत्याही आईबापाला आपला मुलगा राजकारणांत पडू नये असे वाटते; कारण त्यात कुटिलपणा असतो.

(८) अमेरिकेत डॉक्टर्स व इंजिनियर्स या लोकाना फार मान दिला जातो, हे दोन पेशे सर्वांत मानाचे, असे समजले जातात.

शीख, पंजाबी, बंगाली व महाराष्ट्रीय

शीख माणसाला एखादा विनोद सांगितला तर तो ३ वेळां हंसतो; इतराबरोबर हसले पाहिजे म्हणून एकदा, विनोद समजावून सांगितल्यावर दुसऱ्यादा व विनोदातील मर्म ध्यानात आल्यावर तिसऱ्यादा. पंजाबी माणूस विनोद सांगितल्यावर २ वेळा हसतो. हंसले नाही तर वाईट दिसेल म्हणून एकदा आणि विनोद समजावून सांगितल्यावर दुसऱ्यादा. बंगाली गृहस्थ विनोद सांगितल्यावर एकदाच हंसतो; कारण विनोदातील मर्म त्याच्या लगेच ध्यानात येते. महाराष्ट्रीय माणसाला मात्र विनोद सांगितल्यावर हसूच येत नाही, कारण त्याने अगोदरच तो ऐकलेला असतो.

(१२८) वाद कसा करावा हे लोकांना ठाऊक नसतं म्हणून ते वर्दळीवर येतात.

हैं खरें असेल का ?

- (१) पृथ्वीचा जन्मकाल २०० कोटी वर्षापूर्वी.
- (२) पृथ्वीवरील प्राण्याचा उद्भवकाल ३० कोटी वर्षापूर्वी.
- (३) मनुष्याचा जन्मकाल ३० लाख वर्षापूर्वी
- (४) ज्योतिर्विद्येचा जन्मकाल ३००० वर्षापूर्वी.
- (५) आधुनिक विज्ञानाचा जन्मकाल ३०० वर्षापूर्वी.
- (६) आणि पृथ्वीचा अंतकाल ?

कलियुगाचें वर्णन

दिवसेदिवस सत्य, पावित्र्य, क्षमा, दया, आयुष्य, बळ आणि स्मरण-शक्ति याचा न्हास होऊं लागेल. धर्म आणि न्याय या व्यवस्थेत घनालाच प्राधान्य मिळेल. परस्पराबद्दल वाटणारे आकर्षण हाच स्त्री-पुरुषांच्या विवाहाचा मुख्य आधार राहील. कुलगोत्राचा विचार होणार नाही. केंस ठेवणे हे सौन्दर्याचे लक्षण मानले जाईल. पोट भरणे हाच पुरुषार्थ समजला जाईल. चातुर्याने अधिक बडबड करणे हेच पाडित्य समजले जाईल. लाच देण्याची शक्ति नसल्यास न्यायालयात हार खावी लागेल. खरेदी-विक्रीत कपट जास्त दिमून येईल नीतिधर्म नाहीसा होऊन अनाचाराचें प्राबल्य जास्त वाढेल.

'नवा'चे साम्राज्य

नवरस—शृगार, वीर, हास्य, करुण, रौद्र, भयानक, वीभत्स, शांत व अद्भूत.

नवरस्ते—माणिक, मरकत, कुलीहा, कुन्द, नीलम्, पुणराज, गुमेद, लहसाँमिया, मूंगा.

नवग्रह—सूर्य, चंद्र, राहू, बुध, गुरु, मंगळ, शुक्र, शनि व केतु.

नवतत्त्वे—आकाश, वायु, अग्नि, जल, पृथ्वी, काल, दिशा, आत्मा, मन.

(१२९) सकल्प आणि सिद्धि यामधे ईश्वर-इच्छा उभी असते यात शंकाच नाही.

ज्ञा. शि. ९...

नवभक्ति— श्रवण, कीर्तन, विष्णो.स्मरण, पादसेवन, अर्चन, वदन, दास्य, सख्य, आत्मनिवेदन.

ब्राह्मणाचे नऊ गुण—धृति, क्षमा, दम, अस्तेय, शौच, इन्द्रियनिग्रह, विद्या, क्रोध आणि त्याग.

विक्रमराजाची नवरत्ने—धन्वतरी, क्षपणक, अमरसिंह, बैताल, शकू, वराहमिहिर, घटसर्प, बाण व कालिदास.

अकबराची नवरत्ने—बिरबल, तोडरमल, अबुलफजल, फैजी, मानसिंग, अबदुलरहिम, खानखाना, तानसेन आणि भगवानदास.

अेक गव्हाचा दाणा

एका गव्हाच्या दाण्यापासून ५० गव्हाचे दाणे निर्माण होतात. प्रत्येक दाण्याचे पुन्हा ५० दाणे निर्माण होतात. दुसऱ्या वर्षी हे २५०० दाणे होतील. तिसऱ्या वर्षी १२५००० दाणे निर्माण होतील; त्यामुळे ३०० माणसांचे एका वेळेला पोट भरू शकेल. ७ व्या वर्षी १५६२५२५००० व १२ व्या वर्षी २४४१४०६२५०००००००० दाणे उत्पन्न होतील व हे उत्पन्न जगातील सर्व मनुष्यांना (१ अब्ज ५६ काटी लोकाना) १८८ वर्षे पुरेल असा अदाज शास्त्रज्ञानी बांधला आहे

मोठ्या हॉटेलात टिप्स का देतात ?

पुष्कळ वेळा मोठ्या हॉटेलात गेल्यास आपण तेथील नोकराना 'टिप्स' देतो त्याची हकीकत अशी: १८ व्या शतकात इंग्लंडातील कॉफी हाऊसमध्ये एक पेटी ठेवण्यात येत असे. खाद्यपदार्थ ताबडतोब हवे असल्यास हॉटेलांत शिरल्याबरोबर लगेच तेथे काम करणाऱ्याच्या देखत एक नाणे पेटीत टाकल्यास त्या गिऱ्हाईकाची ताबडतोब दखल घेतली जात असे; त्या पेटीवर To Insure Promptness असे शब्द लिहित असत या शब्दांतील प्रत्येकाचे पहिले अक्षर घेऊन 'TIP' हा शब्द रूढ झाला. पेटीत जमणारे पैसे तेथे काम करणाऱ्यांनाच मिळत असत.

(१३०) तुरुग रात्रदिवस बंद असतात; तरीपण ते नेहमी गच्च भरलेले असतात अन् मंदिरांचे दरवाजे रात्रदिवस उघडे असूनही ती मात्र पहावी तेव्हां रिकामीच!

मुसलमानांतील चार धार्मिक कृत्ये

मुसलमानांत खालील ४ गोष्टींना प्रमुख स्थान दिले जाते. १) नमाज (प्रार्थना), २) रोजा (उपास), ३) जकात (दानधर्म), ४) हाज (मक्केची यात्रा), जो ही यात्रा करून येतो, त्यास 'हाजी' ही पदवी बहाल करण्यात येते. या यात्रेतील महत्त्वाचा विधि म्हणजे अहराम (यात्रेचा पोषाख) चढवून 'हरम' (मक्केच्या मनोऱ्याच्या पवित्र भागात) मध्ये आल्यावर तवाफ (प्रदक्षिणा) घालून नमाज पडल्यावर 'साय' (सफा व मर्वा या दोन उच्चवट्यांमध्ये खेप घालणे) करणे, व बकरी ईदच्या दिवशी बकरे कापून खुद्वा (प्रसाद) खाणे.

मोटारीविषयी थोडे !

अमेरिकेत दर ४ माणसामागे १ मोटार आहे इंग्लंडमध्ये दर १५ माणसामागे १ मोटार आहे. हिंदुस्थानात दर १३०० माणसामागे १ मोटार आहे. मोटारीचे सर्वसाधारण आयुष्य १२ वर्षे मानतात. अर्थात हे सर्व मोटार वापरणाऱ्यांवर अवलंबून आहे. भारतात मात्र मोटारीचे आयुष्य यापेक्षा कमीच धरतात. कारण रस्त्याचा घाणेरडेपणा व मोटारीची वेडी-वाकडी दुहस्ती यामुळे मोटारीचे आयुष्य क्षीण होत जाते. भारतात आज जे. ५ टक्के देखील रस्ते डाबरी नाहीत. भारतांत प्रतिवर्षी साधारणपणे २०,००० गाड्या खपतात.

सर्वात सुखी माणूस

अमेरिकन नागरिकत्व व जपानी बायको मिळून रोज ज्याला चिनी पद्धतीचे जेवण मिळते तो पुरुष सर्वात सुखी होय; कारण अमेरिकन नागरिकत्व स्वतंत्रता व श्रोमतीचे द्योतक आहे. जपानी बायको नवऱ्यावर अतिशय जीवापाड प्रेम करणारी असते व चिनी जेवण सर्वात उत्तम जेवण

(१३१) भाजीत चमचाभर मीठ किंवा चहांत दोन चमचे साखर टाकली म्हणजे जशी रुचि येते, त्याप्रमाणे प्रत्येक कामांत थोडासा तरी 'विठ्ठल' मिसळीत जावे म्हणजे त्याला गोडी येते. नुका म्हणे चवी आले। जे का मिश्रित विठ्ठले ॥

म्हणून अखिल जगात प्रसिद्धी पावलेलें असतें; अशा या तिन्ही गोष्टींचा लाभ ज्याला नशिबाने झाला असेल तो मनुष्य सर्वांत सुखी म्हणून समजला जातो. ("सदा सर्व सुखी असा कोण आहे" या म्हणण्यास अपवाद !)

सेकंदांत काय काय घडू शकतें ?

एका सेकदात—

- (१) गोगल गाय—१/२ इंच जाते.
- (२) मनुष्य ४ फूट जातो.
- (३) बर्फावरून घसरणारा—३८ फूट जातो.
- (४) माशी—२४ फूट जाते.
- (५) धावणारा माणूस—२३ फूट जातो.
- (६) पृथ्वी—१८ मैल जाते.
- (७) पाकोळी—२२० फूट जाते.
- (८) झंजावात—३८० फुटाने वाहतो.
- (९) ताशी ६० मैल वेगाने जाणारे आगगाडीचे इंजिन ८८ फूट जातें.
- (१०) तांब्याच्या तारेतील प्रवाह २१०० मैल जातो
- (११) प्रकाश १८६००० मैल जातो.
- (१२) चंद्र २३५० फूट जातो.

आंगठ्याचे ठसे

ठोकळ मानाने वर्गीकरण करताना आंगठ्याच्या ठशाचे ७ प्रकार विचारांत घेतले जातात. शखाकार, चक्राकार, कमानदार व याचेच मिश्रण असलेले आणखी ४ प्रकार. ठसा घेतल्यावर या ७ प्रकारातील त्याचा वर्ग कोणता हे ठरविण्यात येते व कार्डावर त्याचे निदर्शक असें अक्षर घालून मग त्या पुढील वैशिष्ट्ये त्यावर नोंदली जातात. आपल्या हाताचे २ आगठे शाईत बुडवून कागदावर उमटले असता त्याच्या रेषा सारख्या प्रमाणात असण्याचा संभव ६४०००००००००० लोकांत फक्त १ या प्रमाणात असतो; असें आढळून आलें आहे. दोन ठशांतील साम्य ओळखून

(१३२) चिक्कार पैसा नशिबानच मिळत असला तरी बऱ्यापैकी पैसा कष्टानं नक्कीच कमवितां येतो.

तुलना करणे फक्त तज्ञ लोकानाच जमते. ते एक मोठे शास्त्रच आहे, त्यास Dactyloscopy म्हणतात.

बायका दागिना कां खरीदतात?

(१) त्याच्या पतिने तो मिळणार नाही असें सांगितल्यानें त्याबद्दल जास्त उत्कठा मनाला लागून राहते. (उत्कठा).

(२) तिच्या शेजाऱ्यांना ती वस्तु घेण्याची अपत नसते म्हणून. (श्रीमतीची बढाई).

(३) शेजाऱ्यापैकी कुणाजवळही तो दागिना नसतो म्हणून. (नव्याची नवलाई).

(४) तो दागिना सर्व शेजाऱ्यानी आधीच खरेदी केलेला असतो म्हणून. (कमीपणाची भरपाई.)

(५) सोन्या-चांदीच्या दुकानात चागले चागले कपडे घालून हिडतां यावें म्हणून. (स्वतःला मिरविण्याची आयती सोय.)

विविध देशांची विविध नांवे

नॉर्वे.....	मध्यरात्रीच्या सूर्याचा प्रदेश
रोम.....	शाश्वत नगर
सयाम.....	पाढऱ्या हत्तीचा प्रदेश
पामीर.....	जगाचे छप्पर
जपान.....	हादरता देश, उगवत्या सूर्याचा देश
ल्हासा.....	त्याज्य शहर
ब्रह्मदेश.....	स्त्रियांचे राज्य
अरबस्थान.....	खजुराचा देश
मलाया.....	कथलाचा देश
न्यूयॉर्क.....	गुलाबी-पिवळे शहर
ऑस्ट्रेलिया.....	धनगराचा देश

(१३३) झाड जरी आकाशाला टेकले असलें म्हणून काय झाले, त्याची पानें गळतांना ती कांही आकाशांत जाणार नाहीत, ती खालीच जमिनीवर पडणार.

वयुबाजगातील साखरेचे भांडार
 बँकॉक.....जलनगर
 पॅलेस्टाईन.....पवित्र भूमि
 आयर्लंडहिरवे बेट
 फिनलंड.....हजार टापूचा प्रदेश
 पजाबपाच नद्याचा प्रदेश
 होआगहोचीनचे दु ख
 जिनिव्हाचा किनारा (आफ्रिका).....गोन्या लोकांची कबर
 मध्य अँटलाटिक प्रदेश (कुन्हा-ट्रिस्टन)..जगाचा एकात टापू

सुखी होण्याचा सोपा मार्ग

तुम्हाला जर सुखी जीवन जगायचे असेल तर एका विद्वान, अनुभवी व तत्त्वज्ञानी पंडिताने सांगितल्याप्रमाणे तुम्ही खालील गुण आत्मसात करा की, तुम्ही चुटकीसरशी सुखी बनून जाल. प्रयोग जरूर करून पहा ते गुण असे: धैर्य, उत्साह, समाधान, निग्रह, उदारता, आनंदी मन, त्याग, दानशूरता, मधुर भाषण, प्रेम, तळमळ, आभ्यासू वृत्ति, नीति, श्रद्धा, धडपड, स-य, सहकार्य, सेवाभाव, चिकाटी, दृढता, समभाव,सद्विचार, सदाचार वधुभाव. फक्त एवढेच गुण अवगत करा म्हणजे झाले.

अमेरिकन फ्रीस्टाईल कुस्त्यामधील डावपेच

(१) बोस्टन क्रॅब-प्रतिस्पर्ध्याला पालथा पाडून त्याची कबर दाबणे व त्याचे दोन्ही पाय वर खेचणे.

(२) इडियन क्रॅब-प्रतिस्पर्ध्याला पालथा पाडून त्याच्या माड्यांवर उभे राहणे व त्याचे हात मार्गे खेचणे.

(३) डेथ लॉक-प्रतिस्पर्ध्याचे दोन्ही पाय एकमेकांत अडकवून आपलाही पाय त्यात गुतविणे आणि प्रतिस्पर्ध्याचे गुडघे व घुटणे खिळखिळे करणे. (हरबानसिग याकरिता प्रसिद्ध आहे.)

(४) म्यूल किक्-वर उडून प्रतिस्पर्ध्याच्या छातीवर दुगाणी झाडणे (पलश गॉर्डन व वॉंग बकली याकरिता प्रसिद्ध आहेत.)

(१३४) जगातील वाईट माणस खाण्याकरितां जगतात आणि चांगली माणसं जगण्यासाठी खातात.

(५) एरोप्लेन स्पिन-प्रतिस्पर्ध्याला वर उच उचलून हवेत गरगर फिरवणे व नंतर त्यास जमिनीवर आदळणे. (दारासिंगची याबद्दल ख्याती आहे.)

(६) लेगस्प्लीट-प्रतिस्पर्ध्याला पालथा पाडून त्याचे पाय फेकाटणें.

(७) बुलरश-प्रतिस्पर्धी मुसडी मारून चाल करून येताच त्यास मानेवर अगर पाठीवर उचलून खाली आदळणे. (किगकाँग याबद्दल प्रसिद्ध आहे.)

भारत व हॉलिवूड चित्रसृष्टि

	भारत	हॉलिवूड
(१) चित्रपटाचा सर्वसाधारण खर्च२॥ लाख रुपये	२५ लाख रुपये
(२) तिकीट विक्रीचे उत्पादन.....	१० लाख	३३ कोटी
(३) चित्रपटाचे वार्षिक उत्पादन.....	२०० चित्रपट	३२५ चित्रपट
(४) चित्रपटामुळे वार्षिक उत्पन्न.....	२० कोटी	१२०० कोटी
(५) प्राप्ति-कराची आकारणी.....	३३ टक्के	२० टक्के

भारतात चित्रपट-उत्पन्नातील दर १०० रु. मध्ये.

३३ रु. सरकारी कर (Income tax, Entertainment tax).

३३ रु. प्रदर्शकास (Exhibitor).

१५ रु. वितरकास (Distributor).

४ रु. भाडवळ कर्जाऊ देणाऱ्यास

१५ रु. निर्मात्यास (Producer) उतरतात.

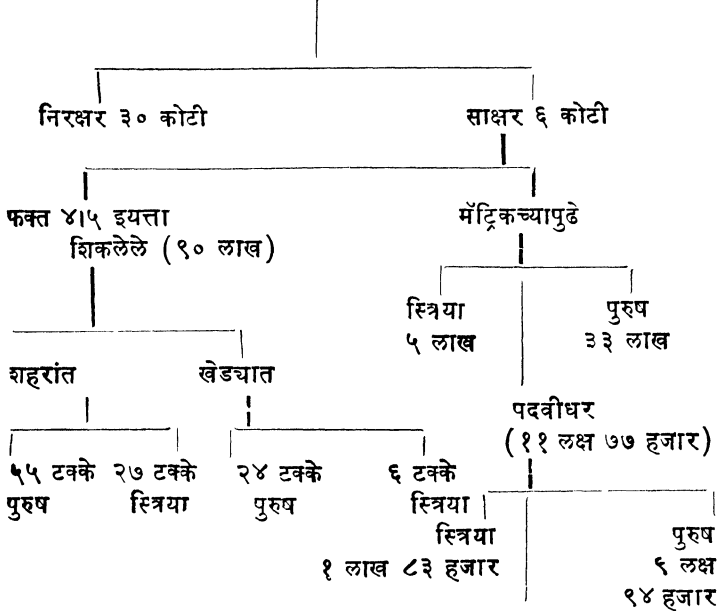
त्यांतून कलावत, तंत्रज्ञ, जाहिरातदार यांची बिले भागवावी लागतात व उरलेले निर्मात्याच्या वाटघांस.

(१३५) दुसऱ्यापेक्षा अधिक सुखी होण्याची इच्छा बाळगली नाही तर प्रत्येक माणूस सुखी होऊ शकेल.

भारतांतील साक्षरता

(१९५४)

एकदर लोकसंख्या (३६ कोटी)



LL.B.	B.com	B. T.	B. A.	M. A.	M.B.B.S	B.E.	B Ag.
६५ हजार	३३ हजार	१ लक्ष ९ हजार	३ लक्ष २१ हजार	६५ हजार	७२ हजार	९ हजार	३६ हजार
						B.Tech.	B.Sc. Tech.
						९ हजार	३६ हजार

(१३६) दोन धर्मांचा कधीही झगडा नसतो, सर्व धर्मांचा अधर्माशी झगडा आहे.

‘ स्त्री ’ चें रासायनिक पृथक्करण

(१) सजा (Symbol).....स्त्री

(२) गृहित धरलेला परमाणुभार (Accepted atomic weight)...
अदामासे १०० पौड.

(३) उत्पत्ति (occurance).....जेथे जेथे पुरुष सापडतो तेथे तेथे स्त्रीही असते. स्वतंत्र स्थितीत ववचित सापडते, थोडे अपवाद सोडल्यास ‘ स्त्री-पुरुष ’ या समिश्र स्थितीत ती अधिक वेळा दृष्टोत्पत्तीस येते.

(४) कृति (Preparation)..... ब्रह्मदेवाने हे जग प्रथम निर्माण केलें व शेवटी मनुष्य निर्माण केला. मनुष्याला जोडीदार म्हणून स्त्रीला उत्पन्न-करिताना त्याच्या जवळचा मालमसाला सपल्यामुळे त्याने सर्पापासून वीष घेतले, त्यात मघाचे माधुर्य मिसळलें, वाघाचा उग्रपणा घेतला त्यात बद-काची नम्रता मिसळली, चद्राचा वाटोळेपणा मुखात घातला, सूर्यापासून प्रखरता घेतली, गवताचा कापरेपणा अगात कोबला, वाऱ्यापासून भोळेपणा उचलला, हरिणापासून भिन्नेपणा घेऊन त्यात मोराच्या डौलदारपणाची साथ जोडली. हिऱ्याचा कठीणपणा, अग्निचा उबदारपणा व बर्फाची आर्द्रता या साऱ्या मसाल्यापासून जी ‘ स्त्री ’ निर्माण केली ती जगात अजोड झाली !

(५) कायिक गुण (Physical properties)—(अ) सर्व रगात व सर्व प्रकारच्या आकारात पाहावयास मिळते. (ब) चेहरा नेहमी स्नी, पावडर, काजळ, मेदी, रंग इत्यादीनी लडबडलेला असतो. (क) तिला गरम व्हायला-ही वेळ लागत नाही व थड व्हायलाही वेळ लागत नाही. (ड) काळजी-पूर्वक हाताळली पाहिजे, नाहीतर धोकेबाज ठरते.

(६) रासायनिक गुणधर्म (chemical properties)—(अ) एकटीच सोडली तर स्फोटकरीतिने वागते. (ब) सोने, चादी, हिरे, माणके, मोती इत्यादि वस्तूकडे पाहिल्यावर विरघळून जाते.

(७) उपयोग (uses)—

(१३७) त्याग, शील, गुण व कर्म या चार गोष्टीनी पुरुषाची कसोटी पाहिली जाते.

(अ) दागिने भूषविण्याची जागा; (ब) कलेचे अष्टपैलू उकळून दाखविण्याचे साधन; (क) उत्तम कमी करण्याचे साधन, (ड) सर्व प्रकारच्या साहित्याचे स्फूर्तिस्थान, (इ) पुष्पाचें शक्तिवर्धक टॉनिक.

विड्यातील पदार्थ व त्यांचे गुणधर्म

सुपारी.....कटु, विड्याची पानें.....तीक्ष्ण, चुना...उष्ण, बदाम..मधुर, काथ.....क्षार, जायफळ...कपाय, जायपत्री.....वातघ्न, वेलची.....कफनाशक, केशर, कस्तुरी.....कृमिहर, ककोळ.....दुर्गंधीनाशक, कापूर.....मुखभूषण, लवंग.....शुद्धिकरण, पिस्ते किवा खोबरे.... कामसदिपन, असा हा त्रयोदशगुणी विडा खाल्ल्यास आयुष्य वाढते, असे सांगितलेले आहे.

पोलादाची किंमत

इंग्लंडमधून आयात होणाऱ्या १ टन पोलादास (सुमारे २७ मण) आपल्याला सर्वसाधारणपणे ११७० रु. द्यावे लागतात. पण त्याच पोलादाचे जर गटारासाठी नळ तयार करून मागविले तर आपल्याला १८२० रु द्यावे लागतात. आगगाडीचे साहित्य तयार करून घेतले तर ही किंमत ३६४० रु. पडते. चाकू, कात्र्या इत्यादि सामान मागविलें तर हीच किंमत ६५०० रु. होते. तितक्याच वजनाचे पोलाद मोटाररूपाने घेतल्यास त्यास ४९४० रु. द्यावे लागतात आणि विमानासाठी जर हे पोलाद वापरलेले असले तर याच १ टन पोलादास ४४२०० रुपये मोजावे लागतात, इतकी पोलादाची किंमत वाढते.

वर्णसंकराचा भयंकर परिणाम !

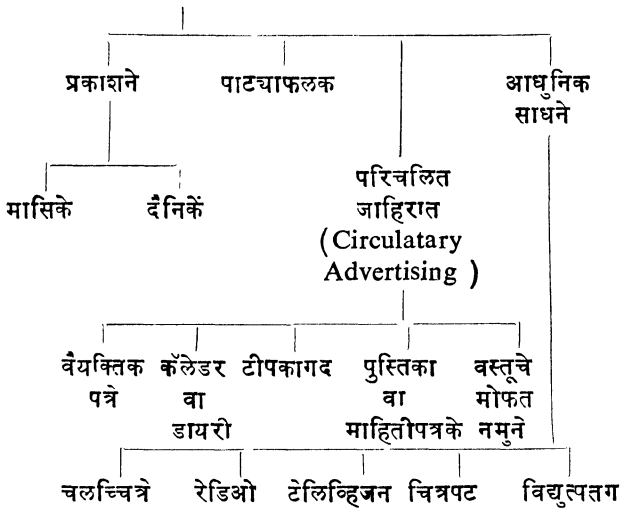
भगवान् श्रीकृष्णानी जनक राजाचा गर्व हरण करण्यासाठी व वर्ण, कुल, गोत्र इत्यादीच्या भ्रामक समजुतीविषयी पुढील सत्यकथा सांगितली. पद्म-पुरातील वेश्येस १ पुत्र व १ कन्या अशी जुळीं मुलें झाली. त्यांच्या पालनाची जबाबदारी आपल्यावर येऊ नये म्हणून तिने त्या दोघांना

(१३८) डॉक्टरांची वेळेवर गांठ न पडल्यामुळे आजवर केंक रोगी बचावले आहेत.

शहराच्या एका वाजूस टाकून दिले. एका शतकन्यास त्या मुलाचा पत्ता लागून त्याने दोघा निपुत्रिक व्यापाऱ्यांना ती मुले विकली. कालांतराने ती दोघे निरनिराळ्या ठिकाणी वाढून विवाहयोग्य झाली. तेव्हा त्यांच्या कुलशीलाचा पत्ता नसल्याने त्यांच्या विवाहास खूप अडचण पडली, पण कर्मधर्मसयोगाने त्या दोघाचाच पुढे विवाह झाला काही वर्षांनी त्या वेश्येची व या दोघांची रस्त्यात गाठ पडली व आपण आपल्या बहिणीशीच विवाह केला हे समजल्याने तो मोठ्या दुःखी अतःकरणाने गाव सोडून निघून गेला; व त्याची बहीणही दारोदार भटकू लागली. इकडे भाऊ स्त्री-विरहाने दुःखी होऊन वेड्यासारखे हिडत असता पद्मपुरात रात्रीच्या वेळी वेश्याच्या आळीत त्याच्या माता-वेश्येची गाठ पडली, अज्ञानाने त्या दोघाचा संबंध येऊन ती वेश्या गरोदर राहिली व तिला पुत्ररत्न झाले; कालांतराने भटकत असलेली तिची मुलगी जिवास कंटाळून पद्मपुरास वेश्या-आळीत आली. आईची गाठ पडून तिला झालेल्या मुलाच्या चेहऱ्यावरून सर्व प्रकारची तिला कल्पना आली व ती म्हणते, 'बाळा तू माझा ८ प्रकारचा संबंधी आहेस-(१) सहोदर बंधु-याची आई ती माझीही माताच (२) सावत्र मुलगा-माझ्या एकेकाळी पति असलेल्यापासून झालेला मुलगा. (३) दीर-माझा पति, माझ्या मातेचा मोठा मुलगा व त्याचा हा धाकटा बंधु (४) पति-माझा पति नसल्याने शास्त्रदृष्ट्या हा माझा दीर पतितुल्यच आहे. (५) भाचा-हा माझ्या भावाचा मुलगा. (६) चुलता-माझा पति हा माझ्या आईचा पति असल्याने त्याचा हा धाकटा बंधु. (७) नातु-माझी आई व मी सवत, सवतीचा पुत्र माझा सावत्र मुलगा व त्याचा हा पुत्र म्हणजे माझा नातु (८) सावत्र मेव्हणा-मी याची बहीण, माझा पति तो याचा मेव्हणा तेव्हा हा माझ्या पतीच्या बहिणीचा नवरा म्हणून माझा सावत्र मेव्हणा.

(१३९) सत्य शोधून काढणे हे फारसे अवघड नाही; पण एकदा ते शोधून काढल्यावर त्याला चिकटून राहणे ही गोष्ट फार अवघड आहे.

जाहिरातीची साधनें



(१) सध्याकाळपेक्षां सकाळची वर्तमानपत्रे जाहिरातीकरितां पसंत करावींत.

(२) पहिल्या अगर शेवटच्या पानावर मध्य भाग किंवा वरची बाजू पसत करावी.

(३) एखादी वस्तु बहुसंख्य लोकाकरिता लागत असल्यास व ती लोकांच्या डोळ्यात ताबडतोब यावी असा हेतु असला किंवा जाहिरातीचे परिणाम ताबडतोब व्हावेत अशी इच्छा असल्यास, अथवा घाऊक विक्रेत्याकरितां अगर दुकानदाराकरिता प्रामुख्याने करायची असल्यास मासिकापेक्षा वर्तमानपत्र सरस ठरते.

(१४०) एकत्र येणे म्हणजे प्रारंभ, एकत्र राहणे ही प्रगति व एकत्र चिकाटीनें नि सातत्याने काम करीत राहणें हेंच यशाचं गमक आहे.

(४) विशिष्ट वस्तुची जाहिरात तत्संबंधीच्याच मासिकातून देणे योग्य ठरते.

(५) साधारणपणे जाहिरात करताना १/२ शब्दच असे मोजके टाकावे की ते वाचकाच्या मनावर ठसतील. उदा० माकड छाप पावडर, साठे बिस्कीट, कोलगेट पेस्ट, डोगरे बालामृत इ.

(६) वर्तमानपत्रात अगर मासिकात बातम्याच्या रूपाने, गोष्टीच्या रूपाने, काव्याच्या रूपाने, नाट्याच्या रूपाने प्रसिद्ध करता येते.

(७) नाविन्यपूर्ण जाहिरात लोकांच्या मनाची चटकन पकड घेते.

(८) कागदावर रंगाने अगर चित्राने सूचित करणारी जाहिरात ही जास्त परिणामकारी ठरते असे आढळले आहे.

मध्यमवर्गीय महाराष्ट्रीय स्त्री-जीवनाची चांचणी

(१) प्रत्येक स्त्रीने कमीत कमी शिक्षण किती घ्यावे ?

	मते
मॅट्रिकपर्यंत...	८१.८४
ग्रॅज्युएटपर्यंत...	४.६१
व्यावसायिक शिक्षण ...	४२.४६

(२) कॉलेजातील शिक्षणाचा दैनंदिन संसारास फायदा होतो का ?

होतो...	४२.४६
होत नाही ...	१२.६१

(३) १ ते ३ मुले असलेली कुटुंबे ... ३४.२३

४ ते ६ मुले असलेली कुटुंबे ... ४६.१५

७ पेक्षा अधिक ... २१.५४

मूल नसलेले ... ७.८१

(१४१) सुख आणि शहाणपण यामधे एवढाच फरक आहे की, जो स्वतःला अतिशय सुखी समजतो तो खरोखरच सुखी होतो, पण जो स्वतःला अतिशय शहाणा समजतो तो अतिशय मूर्ख ठरतो.

- (४) एकत्र कुटुंबपद्धतीची घरे ... ४९.५३
विभक्त कुटुंबपद्धतीची ,, ... ४१.२३
- (५) कुटुंब-नियोजनाची माहिती प्रत्येक स्त्रीस देणे आवश्यक आहे, असे ९८.३१ टक्के स्त्रियांना वाटते.
- (६) ७२.६१ टक्के घरामध्ये धुणीभाडी करणारे नोकर
५६.२३ ,, स्वतःच स्वयंपाक करणाऱ्या स्त्रिया
३८.७६ ,, स्त्रियांना उभ्याने स्वयंपाक व जेवणास टेबल
असावे असे वाटते.
- (७) ९०.४५ टक्के स्त्रिया पापड, लोणची, मसाले घरीच बनवतात.
७२.४५ टक्के स्त्रिया रोजचे वर्तमानपत्र नियमित वाचतात.
३२.९२ टक्के स्त्रिया मुलांच्या विकासासाठी स्वतःहून खटपट
करण्या असतात.
५४.५५ टक्के स्त्रिया याबद्दल लक्ष पुरवीत नाहीत.
- (८) ६० टक्के स्त्रिया सार्वजनिक व महिला मंडळांच्या सभासद
आहेत.
३०.१५ टक्के स्त्रिया स्वतःसाठी खर्चण्यास पैसे घेतात.
७१.६९ टक्के घरात रोज देवपूजा होते.
४९.५३ ,, घरात सोवळे ओवळे थोडे तरी पाळण्यात येते.
२४.६१ ,, देवपूजा व व्रते-वैकल्ये होत नाहीत.
७५.६९ ,, घरात मुलाचे वाढदिवस होतात.
१५.४८ ,, घरात लग्नाचे वाढदिवस होतात.
२०.९२ ,, कुणाचेच वाढदिवस होत नाहीत.
- (९) ७६.३० ,, स्त्रियांना पतीच्या व्यवसायाची माहिती असते.
२८.९८ ,, स्त्रिया पतीच्या व्यवसायात मदत करतात.
- (१०) व्यवसाय करणाऱ्या स्त्रियात ९.५३ शिक्षिका; १२.६१ कारकून;
नर्स, डॉक्टर ३ १७ एकूण २५.५१ टक्के स्त्रिया नोकरी करतात.

(१४२) आचरण, निश्चय आणि ज्ञान ही समान असतील
तर मैत्री दीर्घकाल टिकेल.

- (१२) रिकामा वेळ मुळीच नाही असे म्हणणाऱ्या स्त्रिया ८.४३ टक्के
 रिकामा वेळ खळण्याकडे घालविणाऱ्या ,, १८ टक्के
 ,, रेडिओ ऐकण्यात ,, ,, ३७ टक्के
 ,, वाचन करण्यात ,, ,, ६६ टक्के
 ,, गप्पात ,, ,, ६१ टक्के
 ,, सार्वजनिक कार्यात ,, ,, ३८.७८ टक्के
- (१३) हिंदी भाषा जाणणाऱ्या स्त्रिया २२.३३.०/
 इंग्रजी " " " ३५.१२%
- (१४) विवाहपूर्व मैत्रिणीचे सबंध पत्रव्यवहाराने कायम ठेवणाऱ्या
 स्त्रिया २०%
- (१५) मूढतांना महत्त्व न देता सोयीप्रमाणे विवाह करावेत असे ८४%
 स्त्रियांना वाटते.
- (१६) ससारोपयोगी विषयाचा शिक्षणात अतर्भाव करावा असे
 ९१% स्त्रियांना वाटते.
- (१७) मुलामुलीनीं योग्य वयात स्वतः विवाह ठरवावेत असे ८२.१६%
 स्त्रियांना वाटते.
- (१८) मुलीचे विवाहयोग्य वय १८ ते २० असावे असे ८० टक्के
 स्त्रियांना वाटते. तर मुलाचे वय २५ ते ३० असावे असे ७६.३०
 टक्के स्त्रियांना वाटते.
- (१९) आंतरजातीय विवाह घडून यावेत असे ४७.५४ टक्के स्त्रियांना
 वाटते.

पर्वकाल, सिंहस्थमेळा व कुंभमेळा

देशकाल, परिस्थिति व शरीर या सर्वांची अनुकूलता असल्याशिवाय
 वृत्ति ज्ञानाचें ग्रहण करीत नाही; याकरिता कालाची अनुकूलता पाहावी
 लागते; या अनुकूल कालालाच 'पर्वकाल' असे म्हणतात. अमावस्या व
 पौर्णिमा हे दर महिन्याला येणारे पर्वकाल आहेत; तसेच सक्रात, सूर्यग्रहण,

(१४३) औदार्यापेक्षां मोठेपणाच्या हौसेनेच माणूस जास्त
 त्याग करतो.

चंद्रग्रहण, गजच्छाया, महोदय, अर्धोदय, कपिलाषष्ठी, सिंहस्थ, कुभ हे पर्वकाल तीर्थस्नानाला व जपाला, तसेंच श्राद्ध-पक्षाला व इतर अनुष्ठानाला चांगले आहेत. सिंहस्थपर्व...गुरु सिंह राशीत आला म्हणजे सुरू होतो.

कुंभमेळापर्व-(१) कुभेला गुरु व मेषेला रवि आला असता हरिद्वारांत होतो.

(२) वृषभेला गुरु आणि मकरेला रवि असतां प्रयागात.

(३) सिंहेला गुरु आणि मेषेला रवि असता उज्जैनींत.

(४) सिंहेला गुरु व रवि हे दोघे आले असतां त्रिबकेस्वरला होतो.

भारतांतील लोहमार्ग

लोहमार्गाच्या लाबीत भारताचा जगांतील देशात चौथा क्रमांक लागतो. ३४३०० मैल लांबीच्या रळावरून आज आगगाडी धावत आहे. ३५ लक्ष लोक दर दिवशी गाडीतून कुठे तरी जात येत असतात; म्हणजे लोकसंख्येच्या प्रत्येक १०० मधून एक मनुष्य रोज आगगाडीतून प्रवास करित असतो. रेल्वेची ६००० स्टेशने आहेत. इजिने १ एप्रिल १९५४ रोजी ८५१० होती व प्रतिवर्षी २०० इंजिने तयार होतात. प्रत्येक इंजिनाची अदमासे किंमत ५१ लाख रुपये असते. पॅसेजर डबे २२३०० असून मालगाड्यांचे डबे २२६००० असतात. आशियाई देशात इजिने तयार करणारा भारत हा एकमेव देश होय.

भारतातील नाण्यांची किंमत

	भारतीय	भारतीय
	१ रु.	१०० रु.
(१) ब्रिटन	१ शि. ६ पेन्स	७ पौंड १० शि.
(२) अमेरिका	२१ सेट	२१ डॉलर्स
(३) जपान	७८ येन	७८० येन
(४) इटाली	१३० लिरा	१३००० लिरा
(५) ऑस्ट्रेलिया	१ शि. १० पे.	९ पौंड. ३ शि. ४ पे.

(१४४) लोक टीका करतात म्हणून काळजी करू नका, ते का टीका करतात त्याचा विचार करा.

	भारतीय	भारतीय
(६) स्वीडन	१.०८ क्रोनर	१.०८ क्रोनर
(७) डेन्माक	१.४५ क्रोनर	१.४५ क्रोनर
(८) फ्रान्स	७३.०७ फ्रँक्स्	७३.०७ फ्रँक्स्
(९) ब्रह्मदेश	—	१०० वयात = १०० रु ४ आ.
(१०) हॉलंड	०.७९ गिल्डर	७९ गिल्डर
(११) प. जर्मनी	०.८८ मार्क	८८ मार्क

वार्षिक वाढदिवस

सुवर्ण-महोत्सव, हीरक-महोत्सव वगैरे उत्सव आपल्याकडे मोठ्या उत्साहाने साजरे करण्यात येतात, पण ते सर्व आपण इंग्लंडमधून उसने घेतले आहेत. त्याच्या देशांत जे वाढदिवस होतात त्या वाढदिवसाना खालीलप्रमाणे देणग्या देतात.

१ ला	वाढदिवस	कागद
५ वा	,	लाकूड
१० वा	,	टीन
१५ वा	"	स्फटिक
२० वा	"	चिनीमाती
२५ वा	"	रूपे (चादी)
३० वा	"	माती
४० वा	"	माणिक
५० वा	"	सोने
७५ वा	"	हिरे
१०० वा	"	प्लॅटिनम्

ग्रहांवरील जीवन

बुध.....पृथ्वीपेक्षा लहान, पण सूर्याला निकटवर्ति आहे. वायुमंडळांत प्राणवायु व अमोनिया याचे अस्तित्व असणें परमावश्यक आहे; म्हणूनच

(१४५) दुष्कृत्यांची कबुली म्हणजे सत्कृत्यांचा प्रारंभ.

ज्ञा. शि. १०...

सूर्याच्याजवळ असणाऱ्या ग्रहांचे वातावरण जीवन-विकासास अनुकूल नाही; त्यामुळे बुधावर मनुष्याची वस्ती नाहीच.

शनि, युरेनस व नेपच्यून हे ग्रह पृथ्वीपेक्षां फारच मोठे आहेत. या सर्व ग्रहांवर विपारी व प्राणघातक वायूंचे साम्राज्य पसरले आहे

प्लुटो...हा उपग्रह अतिशय वर्फमय आहे. तेथे कोणीही जगणे अशक्यच.

शुक्रावर सर्वत्र ढगच जमलेले दिसतात. प्रयोगाति तेथे पाण्याचा एकही थेंब नाही असे दृष्टोत्पत्तीस आले आहे यावरून असा निष्कर्ष काढला की, हे ढग विपारी गॅस व धुळीने निर्माण होतात. शुक्रावर भीषणगतीने वादळे थेंबान घालीत आहेत. तेथील तपमान 100° च्या वर नेहमी असते.

मंगळावर जगणे शक्य आहे. अँव्हरेस्टच्या शिखरावर जसे हवामान असेल तशाच प्रकारचे हवामान मंगळावर आहे. ऋतुपरिवर्तनावरोबर तेथील बराचसा भूभाग हिरवळीने भरून जातो, म्हणजेच हिम वितळते त्यावेळीं वनस्पती वर डोकावू लागतात.

इच्छा आणि शब्द

आपल्याला एकच मूल असावे अशी एका गृहस्थाची प्रामाणिक अिच्छा होती, म्हणून आपल्या पहिल्या मुलाच नावच त्याने Finish (सपले) असे ठेवले. कालांतराने त्याला दुसरे मूल झाले, नाव ठेवण्यावेळी त्याला पचाईत पडली. त्याने त्याच नाव Addenda (आणखी भर) असे ठेवले. पुढे त्याला तिसरे मूल झाले, त्याच नाव ओघानेच Appendix (परिशिष्ट) असे ठेवले, चौथ्या मुलाच नाव मात्र त्याला Supplement (पुरवणी) असे ठेवावे लागले आणि शेवटी मुलगी झाल्यावर नाव काय ठेवावे याची त्याला पचाईत पडली, मोठ्या विचाराति त्याने तिचे नाव (Erratta) 'चुकीची दुरुस्ती' असे ठेवले. त्याच्या इच्छेनुसार त्याला शब्द सुचत हांत.

महाराष्ट्रातील दुष्काळ

महाराष्ट्रात सुमारे १० वर्षांनी एकदा दुष्काळ पडतो, पण अशा दुष्काळाचे क्षेत्र नेहमीच मोठे असत नाही. हल्लीतर एके ठिकाणी पडलेला दुष्काळ (फिके जळणे अगर वाहून जाणे यामुळे हांगारे) दुसरीकडून धान्य आणून निभावला जातो. उग्र स्वरूपाचे दुष्काळ पुढील हांत.

(१४६) मित्राच्या मृत्यूपेक्षां मैत्रीचे मरण असह्य असते.

- (१) इ. स. १३९६ ते १४०८ दुर्गादेवीचा दुष्काळ.
सतत ११ वर्षे पाऊस नाही लाखो माणसे मृत्युमुखी पडली.
- (२) इ. स. १४२१-२२ मोठा दुष्काळ पडला. हजारों माणसे मेली.
- (३) इ. स. १४७० मध्ये दामाजीपतानी धान्याचे कोठार उघडे करून गरिबाना धान्य वाटले. अतिशय मोठा दुष्काळ
- (४) इ. स. १४६८ ते १४७६ दुर्गादेवीचा दुष्काळ; सतत ७ वर्षे टिकला.
- (५) इ. स. १५७८ मोठा दुष्काळ...पावसाचा एक थेंबही पडला नाही.
- (६) इ. स. १६२९ भयकर दुष्काळ, १ शेरभर द्रव्यास १ शेर कुळीथा-सारखे हलके धान्य; याच दुष्काळात तुकागम महाराज दरिद्रि बनले.
(शिवाजी महाराजाच्या काळात दुष्काळ नव्हता.)
- (७) १८०३, १३, २५, ३२, ६५ मध्यम प्रतीचे दुष्काळ.
- (८) १८९६-९७ अतिशय मोठा दुष्काळ, अजून जुन्या लोकांच्या तो लक्षात आहे.
- (९) १९५२-५३ भूकबळी नाहीत, परंतु जनावरे मेली, परदेशातून धान्याची आयात-सुधारलेली दळणवळणाची साधने, यामुळे दुष्काळाचा जोर फार कमी.

होतकरू वक्त्यांसाठी

- (१) आपलं भाषण कधीही लिहून काढू नका. त्यामुळे सहज बोलताना आंधाने येणारे शब्द तुम्ही योजू शकणार नाहीत आणि कुठे अडलेच तर आठवण्याचा प्रयत्न करीत अमता त्या भाषणाला कृत्रिमतेची झालेक येईलच.
- (२) आपलं भाषण केव्हाही पाठ करू नका, केलेत तर हटकून विसराल, शिवाय पाठ करून घडघड म्हटल तरी श्रोत्यावर त्याचा काहीं परिणाम होणार नाही, कारण पाठ केलेले भाषण कोणते हे श्रोत्यांना चटकन कळते व ते जाभया देऊ लागतात
- (३) भाषणात उदाहरणे व दाखले पेरलेले चांगले, त्यामुळे ऐकणारांची उत्सुकता वाढते व त्यांना गोडी निर्माण होते.

(१४७) लोकमान्याचा आडकित्ता तेवढा लोक घेतात, पण कित्ता मात्र घेत नाहीत.

(४) आपल्याला ज्या विषयावर बोलायचं असेल त्या विषयावर जास्तीत जास्त ज्ञान मिळविता येईल तितके मिळवा, शिवाय निरनिराळ्या ग्रथातील उतारेही द्यावेत.

(५) भाषण करण्यापूर्वी आपल्या मित्राशी चर्चा करून ज्या विषयावर भाषण करायचे त्या विषयाची उजळणी करा, त्यावरून कोणते मुद्दे पोकळ आहेत, कोणते भरीव आहेत हे तुम्हांस सहज कळेल व त्याप्रमाणे पुढील भाषणात त्यामध्ये बदल करता येईल.

(६) भाषणाकरिता काही विशिष्ट स्वर, पोज, आवेश, अभिनय करावा लागतो. याची जाणीव ठेऊन बोलू नका विषयाशी तद्रूप झाल्यावर या साऱ्या गोष्टी आपोआप समजतील, भाषणाच्या नुसत्या तंत्राचा विचार केला तर विषयाकडे दुर्लक्ष्य होते.

(७) भाषण करताना दुसऱ्याच अनुकरण करू नका. त्यात स्वतःचं वैशिष्ट्य टिकविण्याचा प्रयत्न करा. तुमचे अनुभव, तुमचं ज्ञान, तुमची तळमळ, आणि तुमचं व्यक्तिमत्व त्यात प्रतीत झालं पाहिजे.

खोल अभ्यासाचे महत्त्व

अभ्यासात लाबीरुदी महत्त्वाची नाही, खोली महत्त्वाची आहे; पुष्कळ वेळ तासचे तास आणि नाना विषयाचा अभ्यास करीत राहणे याला 'लाब हंद' अभ्यास असे म्हणतात. समाधिस्थ होऊन रोज सतत अल्प वेळ एखाद्या निश्चित विषयाचा अभ्यास करणे याला खोल अभ्यास करणे म्हणतात. १०-१२ तास झोपलो पण तळमळत व स्वप्नग्रस्त, असल्या झोपेने विश्रांति मिळायची नाही, उलट ५-६ तास झोप अगदी निःस्वप्न व गाढ लागली या एवढ्या झोपेने पूर्ण विश्रांति मिळू शकते. अभ्यासाचें असेच आहे समाधि हे अभ्यासाचे मुख्य तत्त्व आहे समाधियुक्त खोल अभ्यासा-शिवाय ज्ञान नाही. लाबलचक अभ्यास म्हणजे पुष्कळसा तर त्रासच, शिवाय शक्तिचा न्हास. अनेक विषयावर आणि भाराभर वाचून काही लब्धी नाही. अभ्यासाने प्रज्ञा स्वतंत्र आणि प्रतिभावान् व्हायला हवी.

(१४८) आळसाला आजचा दिवस तुम्ही वक्षिस दिला की, उद्यांचा दिवस तुमच्यापासून त्याने चोरलाच म्हणून समजा.

प्रतिभा म्हणजे नवीन नवीन कोब बुद्धिला फुटत राहणे. नवीन कल्पना, नवीन उत्साह, नवीन शोध, नवीन स्फूर्ति हे प्रतिभेचें लक्षण आहे. ही प्रतिभा भाराभर वाचनाने नेमकी मरायची. खोल अभ्यासाने प्रतिभेची वृद्धि होते.

माणसाचें मन

माणसाचें मन किती विचित्र आहे ! ज्या व्यक्तित्वर आपण मनापासून प्रेम करतो त्या व्यक्तित्वरच प्रसंगी आपण अतिशय रागावतो. ज्या व्यक्तित्वाच्या स्मृतिने आपल आग पुलकित होतं आणि हृदय मोहोरून जातं, ती व्यक्ति आपल्यासमोर येताच आपण कितीतरी वेळा कठोर शब्द वापरतो. ज्या व्यक्तिसाठी आपले प्राण व्याकुळ होतात, ती व्यक्ति भेटताच मात्र आपण असं दर्शवितो की, ती व्यक्ति आपल्याला अप्रियच आहे आपण या असल्या वागण्याचा मनाशी पुष्कळ विचार करतो आणि म्हणतो, "अस होतां कामा नये" पण ते जमत नाही मनाचे हे खेळ किती रहस्यमय आणि विचित्र आहेत नाही ?

आधुनिक चित्रकलेची खूण

आधुनिक चित्रकाराच्या कला-कृतीतील रगसगति, निर्दोष रचना, सूक्ष्म आकस्मिकता, फोर्सिबल मुव्हमेंट, नवी मूल्ये, जिवत घसघशीतपणा, आधुनिक घडण, प्रखर सवेदना, उत्स्फूर्त ओजस्वी कल्पना, अंतर्गत दृढ सुसवादी सबंध, जाणिवेचा भावनात्मक गुणधर्म, विश्लेषणात्मक परिणामकारकपणा, वस्तुनिष्ठ वास्तववादापासून दूर गेलेली आत्माविष्कारी कला, पुरोगामी ठेवण, सुधारलेले स्थापत्य, कमावलेली कला व कलेच्या प्रातातील गमावलेली गुलामगिरी या सर्वांच्या समुच्चयाने या चित्रकाराच्या कला-सृष्टीत काव्यात्मक बदल झाला आहे हीच आधुनिक चित्रकलेची खूण होय.

वीज कशी निर्माण होते ?

परमाणूची गति एकाच दिशेनें होऊ लागली तर तेथे विद्युत्-प्रवाह

(१४९) प्रत्येक पिढी समजते की, मागचे तेवढे खुळे आणि आम्ही तेवढे शहाणे व आमच्या पुढचे बहकलेले.

निर्माण होतो. विद्युत् ही कणाची बनलेली आहे हे इ. स. १८९७ साली टॉमसन व क्रूक्स इत्यादि शास्त्रज्ञानी निर्वात हवेच्या नळीत विद्युत्-प्रवाह सोडून सिद्ध करून दाखविले. लोखंडाच्या परमाणूची दिशा सारखी केल्यास त्या लोखंडास लोहचुंबकाची शक्ति निर्माण होते. खोलीतील वातावरणाच्या परमाणूची गति एकाच दिशेने केली तर ती खोली एक विद्युत्-पादक यंत्र बनून जाईल. श्वासोच्छ्वास आपण नियमित अंतराने करून लागलो म्हणजे शरिरातील परमाणूची एकाच दिशेने गति सुरू झाली म्हणजे शरिरात विद्युत्-प्रवाह सुरू होतो. हा विद्युत्-प्रवाह ज्ञानतंतूवर वाहत असल्याने त्यात स्पर्शवाहक व आज्ञावाहक असे भिन्न गुणधर्म निर्माण होतात. मृत शरिरातील ज्ञानतंतू काढून त्यावर विजेचा प्रवाह सुरू केला तर त्याच्या दोन टोकात परस्परविरुद्ध दोन गुणधर्म निर्माण होतात हे इन्द्रियविज्ञानशास्त्राने सिद्ध झाले आहे. देहांत जीव असतां त्यात परस्पर गुणधर्मांचे ज्ञानतंतू कोठून आले ? यावरून नियमित श्वासोच्छ्वासाने परमाणूची गति सारखी झाल्याने आपले शरीर हे एक विद्युत्पादक यंत्र (Battery) तयार होते हे सिद्ध झाले आहे.

स्वतःचे कल्याण व्हावे असे वाटते ना ?

जर तुला आपले बरे व्हावे असे वाटत असेल तर खरेपणाने वाग. दुनिया खोट्यावर चालते अशी तुझी समजूत आहे ती चुकीची आहे. ती सोडून दे. दुनिया देवाची आहे, आणि देव तर खरेपणाची मूर्ति आहे मग अशी लबाड दुनिया तो कशाला बनवील? लबाड माणसालाच घबाड मिळते अशी तुझी कधी कधी समजूत होईल; पण तो भास आहे, भासाच्या भरवशावर जाशील तर पश्चात्ताप पावशील व रडशील. वरवरचे पाहणे सोडून दे. खोल पहा म्हणजे निराळा उजेड पडेल. लबाडीच्या व्यवहाराने दोन दिवस भरभराट होतेशी वाटेल; पण ती नुसती फसवणुक आहे. दिवा विझण्यापूर्वी मोठा होतो. तशातलीच गत आहे. कडेलोटाची सजा झालेल्या माणसाचे पाय जरी वरवर चढताना दिसले तरी या वरचढीच्या पोटात काय सांठविलेले आहे ! खोटेपणा करून आज जी माणसे मोठेपणाच्या

(१५०) तुमच्या उशाजवळचा दिवा बारिक करा म्हणजे बाहेर किती उजाडले आहे ते तुम्हास लख्ख कळेल.

नावाखाली उजळमाथ्यानी मिरवतात, त्यांचा काहीं दिवसानी कडेलोट व्हायचा आहे हे तुला समजते काय ? नसेल समजत तर इतिहास पहा, म्हणजे कळेले ' सत्य हेच शहाणपण आहे मुत्सद्याची वाकडी वाट चालण्याच्या भ्रमांत पडू नकोस, सताचा सरळ मार्ग धर हा मार्ग सोपा आहे, सरळ आहे, व जवळचा आहे, थेट मुक्कामावर पोचवणारा आहे.

गप्पा व गोष्टी

(१) एका सुशिक्षित बेकाराचे वर्णन : मी नुसता अरंडासारखा वाढत होतो; तावड्या भोपळ्यासारखा फुगत होतो; नशीब कुभकर्णासारखे झोपले होते, कर्तृत्वशक्ति कामूक कीचकासारखी थैमान घालीत होती, करंटेपण वाकुल्या दाखवित होते, काळ खिदळत होता आणि अस्मादिक सधीची वाट पाहत होते.

(२) जेवण घालणारा एक, वाढणारा दुसरा, आग्रह करणारा तिसरा आणि यथेच्छ समाचार घेणारा तिऱ्हाईत, मग काय विचारतां, अन्नच तें !

(३) शिकायच्या विद्या २ आहेत, एक आसपासच्या वस्तू पारखण्याची शक्ति म्हणजे विज्ञान आणि दुसरी म्हणजे आत्मज्ञानपूर्वक संयम करतां येणे म्हणजेच अध्यात्म. यासाठी मध्यतरी निमित्त मात्र भाषा लागते, तेवढ्यापुरतीच शिकायची, भाषा पोस्टमनचे काम करते, मी जर पत्रांत काहीच लिहिले नाही तर पोस्टमन कोरा कागदही पोचवील. भाषा म्हणजे विद्येचे वाहनच होय.

(४) शकराने हालाहल कां प्राशन केले ?

अत्तु वाछति वाहन गणपतेः

आखु क्षुधार्तः फणी ।

तच क्रौचपतेः शिखीच गिरिजा

सिहोऽपि नागाननम् ॥

गौरी जन्हु सुनाम सूयति कलानाथ

कपालानलो

निर्विण्णः सपपौ कुटुबकलहादीशो ऽ पि हलाहलम् ॥

(१५१) स्वतःच्या वांट्याला जरी काटे आले असले तरी दुसऱ्याला गुलाबाची सुंदर फुले देतां येतात.

शंकराच्या गळ्यातील नाग गणपतीच्या वाहनास (उदरास) खाऊ इच्छितो, त्या नागास कार्तिकेयाचे वाहन मोर खाऊ इच्छितो. पार्वतीचे सिंह गणपतीच्या मुखाला हत्तीचे तोड समजून त्यावर झडप घालू पाहतो, पार्वती शंकराच्या डोक्यावर बसलेल्या गगेचा द्वेष करते, तर तृतीय नेत्रांतील अग्नि मस्तकावरील चंद्राचा द्वेष करतो, या घरच्या कटकटीना कटाळून जाऊन आत्महत्या करण्याच्या इराद्याने शंकराने हालाहल प्राशन केले

(५) एका कचेरीत शंभर वर्षापूर्वीची कागदपत्रे जपून ठेवण्यात आली होती, ते सर्व बाड काढून टाकण्यासाठी अधिकाऱ्याने आपल्या वरिष्ठ अधिकाऱ्यास ती कागदपत्रे जाळून टाकण्याची परवानगी मागितली, त्यावर वरिष्ठ अधिकाऱ्याने खालील उत्तर धाडले, “ जाळून टाकायला माझी कांहीच हरकत नाही, पण त्यापूर्वी त्या कागदपत्राची नीट नक्कल करून ठेवा म्हणजे झाले. ”

(६) दाढी वाढवण्याची कारणे :

(अ) देवीच्यामुळे किंवा चेहऱ्यावरील विशिष्ट डागामुळे विद्रुप दिसणारा चेहरा झाकता येतो. (ब) आहे त्यापेक्षा जरा तरूण भासणे. (क) दाढी हाताळीत असता नवनवे विचार सुचतात. (ड) दोन्ही हात कामांत असता पेन्सिल, रबर वगैरे बारीक सारीक वस्तू ठेवता येतात. (इ) मनुष्य रुबावदार दिसू शकतो. (ई) काहीही न करता गभीर वनणें व दिसणे सहज शक्य होते (उ) दाढी करण्यातील पैशामध्ये वचत होते.

(७) भारतीय नागरी अकार्पकी प्रत्येकाच्या पोटात शून्य आढळेल. १, ७, ९, हे आकडे तर शून्याला भिन्न भिन्न दिशांनी वाढविल्यानेच वनतात. २, ३, ४, ५, ६, ८ या आकड्यामध्येहि शून्याचाच आधार घेतला आहे.

(८) कमरेवर हात ठेऊन उभा राहिलेला विठ्ठल आपल्या भक्ताना हेच सांगत आहे की, हा भवसागर फक्त कमरेइतकाच खोल आहे, माझ्यावर निष्ठा ठेवा, त्यातून तुम्ही सहज तरून जाल.

(१५२) तुम्ही एखादी अवघड गोष्ट करून दाखवलीत की, एखादी अशक्य गोष्ट तुमच्या गळ्यांत पडलीच म्हणून समजा.

हातांच्या बोंटावरील शख व चक्रे

- १० ही बोंटावर चक्रे असल्यास...धनदृष्ट्या सुखी.
९ चक्रे व १ शख...सुखी व समाधानी.
८ चक्रे व २ शख...अशुभ.
७ चक्रे व ३ शख...दुःखी.
६ चक्रे व ४ शख...विपयी पण गुणवान्.
५ चक्रे व ५ शख...विलासी.
४ चक्रे व ६ शख...दरिद्रि पण उद्योगी.
३ चक्रे व ७ शख...धनवान व राजमान्यता मिळविणारा.
२ चक्रे व ८ शख...अति श्रीमत.
१ चक्र व ९ शख...सर्वात उत्तम, सर्वदृष्ट्या सुखी.
१० ही बोंटावर शख असल्यास अगदी दुर्दैवी.

तुमचा चेहरा काय सुचवितो बघा !

- (१) कानशिलापासून फाकलेले कान असणें...बुद्धिमत्तेचे द्योतक आहे.
(२) डोक्याला चिकटून कान असणें...हट्टी, क्रूर व सशयी स्वभाव.
(३) दोन भुवयांच्या मध्यभागी उचवटा असणें...स्मरणशक्ति उत्तम असणें.
(४) कपाळाची उची नाकाइतकी लांब असणें, कपाळाची पुढची बाजू पुढे कललेली असणें, दोन भुवयामध्ये सहजी उभ्या रेपा असणें... लोकप्रिय व हुषार माणसाची ही लक्षणें होत.

(१५३) आत्मसंशोधन करून एका गोष्टीत आलेले अपयश दुसऱ्या गोष्टीत यश मिळवून धुऊन काढणे हाच अपयशाला तोंड देण्याचा उत्तम मार्ग आहे.

- (५) शेडी किंवा केसाच्या भोवऱ्याच्या ठिकाणी फुगीरपणा असणे... महत्वाकाक्षी, गभीर वृत्तिचा.
- (६) व खोलगटपणा असणे...सशयी व फाजील चिकित्सेखोर.
- (७) ज्याच्या कानावर केस असतात असा मनुष्य धूर्त, कावेबाज, हट्टी, आतल्या गाठीचा असून ते बरेच वेळा उच्चपदासही पोचला जाण्याचा खूप सभव असतो.

चेहऱ्याचे आकार काय दर्शवितात ?

- (१) पूर्ण गोलाकृति चेहरा...धैर्यवान पण उद्धटतेची ज्ञाक, भावना-प्रधान पण जरा स्वार्थी, स्वभाव पुष्कळसा गू, विकाराच्या आहारी झटकन् जाणारा, अतिरेकीपणा जास्त असण्याचा सभव आहे
- (२) चौरसाकृति चेहरा...चौकस, स्वच्छता व टापटीपीची आवड, वादविवादाची हीस, जरा नास्तिकच, वागणुकीत व विचारात निश्चितपणा स्वाभिमानी.
- (३) त्रिकोणाकृति चेहरा...(कपाळाकडे अरुद व जबड्याकडे मोठा) भाडखोर, लहरी, धाडसी स्वभावाचा, कल्पक, दुसऱ्यास त्रास देण्यात गमत मानणारा, जरासा चिडखोर स्वभावाचा असतो.
- (४) शकुकृति...(वर गोल व खाली निमुळता) सामान्य ज्ञान व तारतम्य भरपूर, मन व बुद्धि याचा योग्य उपयोग करून घेणारा.
- (५) लंबगोलाकृति Elliptical...प्रतिभावंत, आळशी, भोळसर, आज्ञापालक व उदार असतो.

चेहरा बघून भविष्य जाणणे !

- (१) ज्याचे डोक्याचे पाठीमागचे (भोवऱ्याजवळचे) केस तेल किंवा पोमेड लावल्यावरही उभे राहतात...हे लोक चपळ, हुपार व युक्तिबाज असतात.
- (२) डोक्याचा आकार वरवट्यासारखा असणाऱ्या व्यक्ति...गणितज्ञ, शास्त्रज्ञ किंवा गूढ विद्यातज्ञ असतात.

(१५४) आपले आयुष्य लांबविणे तुमच्या हातात नसेल; परंतु त्याची रुदी व खोली वाढविणे हें तुमच्या हातात आहे.

- (३) फुगीर गाल असणारे लोक...आनंदी व स्वच्छदी वृत्तीचे असतात.
- (४) पोपट-नाकी मडळी...रसिक व ललितकलेत प्रविण असतात.
- (५) तोडभर पसरलेल्या नाकाची किवा मोठ्या नाकाची मडळी... धूर्त व व्यवहारकुशल असतात.
- (६) खालचा ओठ जाड असलेले लोक...उदार स्वभावाचे असतात.
- (७) कान मोठे असणाऱ्या व्यक्ति...ज्ञानी व बहुश्रुत असतात.
- (८) वाजवीपेक्षा जाड अथवा केसाळ भुवया असणारे लोक...रागीट, अहंमन्य असतान व त्यांचा सारा जन्म शारीरिक व मानसिक कष्टात जातो.
- (९) ज्याच्या डोक्यावरचे केस नैसर्गिकपणे कपाळावर येतात...असे लोक कुटिल व कारस्थानी असतात,
- (१०) सावळ्या रगाचीं मडळी लोकात मिळून मिसळून वागणारीं असतात, तर तावुस, गौरवर्णी लोक जनतेशी फटकून वागणारे, मीपणा असलेले असतात तर कृष्णवर्णीय लोक वारा येईल तशी पाठ फिरविणारे व धूर्त असतात.
- (११) अणकुचोदार हनुवटी असणारे लोक...कलेचे व चैनीचे भोक्ते असतात, तसेच ते राजकारणीही असतात.
- (१२) रंद हनुवटीचे लोक...दुसऱ्यावर हुकूमत चालविण्यात कुशल, कर्तबगार व जरासे अहमन्यच असतात.
- (१३) कोमल व पातळ ओठ असलेली व्यक्ति...अबोल पण लबाड असते
- (१४) दोन्ही ओठ जाड व विलग असणाऱ्या व्यक्ति...बोलण्यात चतुर, व कर्तेपणाची हास असणाऱ्या असतात.
- (१५) उचले नाक असलेली व्यक्ति...गर्विष्ठ व उच्च आचार-विचार ठेवणारी व दूरदर्शी असते.
- (१६) नाक पातळ व त्रिकोनी असलेली व्यक्ति...खात्रीने कर्तृत्वशाली असते.

(१५५) आपल्या चेहऱ्याचे रूप कसे असावे हे तुमच्या हातांत नसेल, पण त्याच्यावर कोणते भाव प्रकट व्हावेत हे तुमच्या हातात आहे.

(१७) नाकाच्या वरच्या भागावर छोट्या छोट्या रेषा असणारी व्यक्ति...सशयी, क्षुल्लक गोष्टीकरिता भाडणारी व तिरसट असते.

(१८) एखाद्या व्यक्तित्ते कान व डोक्याचा वरील भाग यामधील अतर नेहमीपेक्षा वरेच जास्त आहे असे वाटल्यास तो मनुष्य स्तुतिप्रिय, वायफळ बडबडणारा व भोळसर असतो.

तीळावरून ज्योतिष जाणणे

डोक्यावरील भागापामून सुरुवात.

(१) कपाळावर मध्यभागी असलेला तीळ...मंगळाचें वर्चस्व, स्वतःस जपावे, क्रूरतेकडे अगर दुष्प्रवृत्तीकडे वळण्याची भीति बरीच असते.

(२) डाव्या भुवयीवर तीळ...पैशाच्या बाबतीत बेफिकीर, दुराग्रही, निष्कांचन होण्याचा दाट संभव.

(३) दोन्ही भुवयावर तीळ...सुखी-जीवन, लवकर विवाहयोग, विजे-पासून भीति, तेव्हा जपावे.

(४) उजव्या भुवयीवर...रगेल आणि रगेल, राँबिनहूडचे अनुयायी, सदा कार्यमग्न, उत्कट प्रणय व उत्कृष्ट धैर्य, घरापामून वरेच वेळा दूर राहण्याची पाळी, प्रणयात व व्यवहारात यश व पैसा.

(५) उजव्या गालावर...यशस्वी जीवन-सर्वच दृष्टीने.

(६) डाव्या गालावर...सकटाशी झगडून खूप प्रयत्नाति यशप्राप्ति होणे.

(७) दोन्ही गालावर...व्यासगी, गंभीर व्यक्तित्व, एकातप्रिय, चागले सहकारी, पोटापुरता पुरेसा पैसा.

(८) उजव्या कानशिलावर...चपळ, उत्साही, उत्तम जोडीदार, अन-पेक्षितरित्या धन, पुत्र कुलदीपक ठरतो, सर्वदृष्टीने जीवन समाधानी.

(९) डाव्या कानशिलावर--आळशी, चिडखोर, नेभळट व अपयशी जीवन.

(१५६) थोड्या शिक्षणाने माणूस चढून जातो, सर्वसामान्य शिक्षणानें त्यास फक्त दुसऱ्याचे दोष दिसतात, खऱ्या शिक्षणानें त्याला स्वतःचेच गुणदोष बरोबर कळूं लागतात.

(१०) नाकावर—सडेतोडपणा, धायकुत्या स्वभाव, व्यवसायांत श्रीमत भागीदार मिळून उत्कर्ष, पुष्कळ जलप्रवास, श्रीमत स्त्रीशी विवाहबद्धतेचा योग.

(११) ओठावर—चोखंदळ व्यक्ति, मित्रपरिवारांत त्या व्यक्तिबद्दल बराच आदर असतो.

(१२) हनुवटीवर—ज्ञानाबरोबर कलात्मक प्रवृत्ति, स्वभाव साखरे-सारखा, येईल त्या संधीचा फायदा करून घेतल्यास आयुष्यात यशाची चढती कमान, सतत उद्योग, प्रवासाची हीस, सर्व आयुष्यभर सुखसमाधान भरपूर.

(१३) घशावरील तीळ—स्नेह उत्पन्न करणारी व्यक्ति, अत्यंत विवेकशील, लग्न ज्ञात्यानंतर व्यवसायात भरभराट, घराचा सहवास कमी पण उत्तरायुष्यात घरीच आसन स्थिर.

(१४) मानेवरील तीळ—शात स्वभावाची व्यक्ति, अधूनमधून किरकोळ आजाराने ती व्यक्ति त्रासून जाईल. व्यवसायात प्रगति अतिशय आहे, अचानक धनलाभ घडेल, पण मुले सर्व सपत्ति उधळून टाकतील व एखादे-वेळी कर्जबाजारी होण्याचीही पाळी येईल.

(१५) कोणत्याही हाताच्या मनगटावर अथवा मनगट व तळवा यां मधील जागेत—कष्टाळु, चतुर, विश्वासास पात्र, प्रघात यशस्वी, सुस्वभावी सहकारी वागणुकीत चोख व नियमीत. पुरुष असाल तर दोन लग्नाचा योग निश्चित.

(१६) मनगट व दंड यामध्ये (कोणत्याही हाताच्या)—शात व उत्साही स्वभाव, उद्योगाबरोबर वाचनाचे दाडगे वेड, आयुष्याच्या मध्यान्ह-काली सुख-सपत्तीचा योग. पूर्वायुष्यात खूप कष्ट पडलेले असतात.

(१७) कोणत्याही हाताच्या कोप-याजवळ—स्थिरता व विश्र्वाति मिळणे, कोणाच्याही बाबतीत बरेच कठीण जाईल. प्रगति-पथावर जाण्यासाठी कोणता मार्ग स्वीकारावा याविषयी मनात सदा गोधळ, प्रवासाची प्रबळ

(१५७) तुमच्या जवळ जे चागल्यातले चागले असेल ते आपल्या मित्रासाठी ठेवा.

इच्छा त्यामुळे एके ठिकाणी बसण्याचा कटाळा, मग हातात पैसा कसा बरे राहणार ?

(१८) उजव्या अगर डाव्या दंडावर—मेहनतीने व मनगटाने अनेक अडचणीवर मात, अतिशय धीट व धैर्यशाली. “ हाती घ्याल ते तडीस न्याल ” हाच एक यशस्वी मूलमंत्र. पुरुष असल्यास ४० च्या आसपास विधुर होण्याचा संभव, स्त्री असल्यास पतिच्या अगोदर मृत्यु.

(१९) डाव्या खाद्यावर— “ तिरसिगराव ” म्हणून ओळखले जाल, सदा धसमुसळेपणा, लहान सहान गोष्टीवरून भाडणे, आळशी असलात तर प्रणयानद घ्याल. अधिक मुले होण्याचा योग. धंद्यात सर्वसाधारण यश.

(२०) उजव्या खाद्यावर—विवेकी, दूरदर्शी व विद्वान, इतरांना तुमच्या-बद्दल प्रीति वाटणार नाही, पण आदर आणि विश्वास खात्रीने वाटेले. आयुष्यात उत्तम सहकारी मित्र, भरपूर पैसा व प्रगति होणार. प्रवास करावा लागेल. आयुष्याचा जोडीदार चांगलाच गाठणार यात शका नाही.

(२१) खादा व कवर यामधील भागावर कोठेही—सौम्य व शांत प्रवृत्ति, स्वभाव काहीसा भिन्ना, स्त्रीलपट, अविश्वासु, आरोग्य व पैसा याबाबतीत न्हास, उतारवायात अनेक अडचणी दत्त म्हणून उभ्या राहातील.

(२२) कवरेवरील तीळ—उत्साह—मूर्ति, धैर्यवान, विश्वासु, धंद्यात व प्रेमात हमखास विजयी, मित्रांना पैसे देऊ नका. चांगले मित्रसुख मिळणार नाही हे लक्षात ठेवा.

(२३) उजव्या माडीवर तीळ—नेमस्त वृत्तीचे, कोणत्याही वावर्तीत तडजोडीस सिद्ध व्हाल. आयुष्यात यशस्वी तर व्हालच पण सासऱ्याकडूनही वराच पैसा मिळण्याचा संभव.

(२४) डाव्या माडीवर तीळ—जीवनात अतिशय कष्ट, प्रेमाच्या खेळापासून दूर, अविश्वासु मित्रांचा भोवती गोतावळा.

(२५) डाव्या गुडघ्यावरील तीळ—सदा उतावीळ, खर्चिक, अविवेकी, तुमच्यात व विश्वासुपणात ३६ चा आकडा, आळशी असूनही धंद्यात भरपूर यश; लग्नामुळे पैसा मिळणार.

(१५८) आलस्य इतके सावकाश प्रवास करते की, दारिद्र्य ताबडतोब गांठतें.

(२६) उजव्या गुडघ्यावर तीळ—गोड व विश्वासु स्वभाव सर्वांना भुरळ पाडील, प्रेमात व आयुष्यात एकदम यशस्वी, चागल्या मित्राची सगत, व्यवहारात बेताचेच यश.

(२७) कोणत्याही पायावर तीळ—विवेकशून्य, खर्चिक, सुस्त तरीसुद्धां बहुतेक अडचणीवर मात कराल, मनासारखा विवाह घडून येईल.

(२८) कोणत्याही पायाच्या घोट्यावर—भीत्रटपणा, भपकेवाज, स्त्री असल्यास चतुर व व्यासंगी, आयुष्यात यश व सपत्ती.

(२९) कोणत्याही पावलावर तीळ—दुःखी, वाचनाची आवड, संकटें फार येतील, परंतु त्यातून निभावून जाल.

डोळ्याचे स्वभावसूचक रंग

(१) काळे डोळे—प्रेमळ, भावनाप्रधान, गुप्तपणे आपलें कार्य साधण्याकडे कल, विश्वास असलेल्या तत्त्वाची व मताची सिद्धता पटविण्याची सतत खटपट, रोमाचकारी व अद्भुत प्रसंगातून जाण्याची हौस, स्वभावाचा कल मत्सराकडे.

(२) पिंगट डोळे—कोणत्याही गोष्टींत पूर्णपणे एकाग्र होता येत नाही, कष्टाळु, जास्त चतुर, भावनाशी प्रामाणिक, नव्या घडामोडीबद्दल उत्सुक.

(३) निळे डोळे—आशावादी, भावना-विवशता, प्रामाणिक, स्वतःच्या मनोवृत्तीच्या सल्ल्याने वागणे, खबीर मनोवृत्ति विशेष दिसून येत नाही.

(४) धारे डोळे—स्वभावात परस्पर-विरोधीपणा फार, म्हणजे काही व्यक्ति कल्पनातित चागल्या तर काही फार रागीट, लवाड व मत्सरी असतात. कुठलेही एक टोक (वाईट वा चागले) गाठण्याचा या व्यक्तित्वाचा प्रयत्न चालतो. काहीं व्यक्ति अतिशय स्वार्थी तर काहीं अपूर्व त्यागप्रवृत्तिच्या असतात.

(५) करडे डोळे—सवेदनशील, मनोराज्यात दग होणाऱ्या व्यक्ति दर्शवितात.

(६) गडद निळे डोळे—प्रखर ध्येयवादीपणा.

(१५९) बोलतांना विचार करावा, बोलून विचारांत पडूं नये.

(७) काळा व निळा यामधील रंग असणारे डोळे—बुद्धिमत्ता व वेडेपणा यांचे विचित्र मिश्रण, आपल्या मनावर विशेष ताबा असत नाही.

(८) पिवळसर डोळे (काविलीचे नाहीत)—फार सुंदर दिसतात. शांत, निर्मळ प्रवृत्ति, अध्यात्माची अतिशय मनापासून आवड, ध्येयप्रधान; परंतु द्विधामनोवृत्तिमुळे हताश झालेले.

डोळ्यांची ठेवण काय सांगते बघा !

(१) डोळ्यातील बाहुल्या मोठ्या असलेल्या व्यक्ति—अतिशय भावना-प्रधान व मनमिळाऊ वृत्तीच्या असतात.

(२) त्रिकोणी बाहुल्या—गुन्हेगारी व वाईट चारित्र्य दर्शवितात.

(३) बाहुल्यातील खालचा भाग अधिक पाढरा असणे—निराशावादी स्वभाव, मानसिक असंतुष्टता व अशक्त शरीरप्रकृति दर्शवितो

(४) डोळ्याचे बाह्यकोन खालच्या बाजूस वळलेले असल्यास—छिद्रा-न्वेपी व सशयी स्वभाव.

(५) टपोरे व गोल डोळे—स्वावलंबी व हुपार व्यक्ति, भावनाप्रधान.

(६) दोन डोळ्यांतील अंतर कमी असणे—असहिष्णुतेचे द्योतक व अंतर जास्त असणे—सहनशीलतेचे द्योतक.

(७) गालाची हाडे नैसर्गिकपणे वर असल्यास (अशक्तपणामुळे नव्हे) ती व्यक्ति साहसी व नवे अनुभव घेण्यास उत्सुक असते. ज्ञानार्जनाची अतिशय आवड असते.

(८) बावऱ्या नजरेचे लोक—स्वप्नाळू, असतात, त्यांच्या हातून कुठ-लेंच कार्य नोटपणे घडत नाहीं.

(९) डोळे नैसर्गिकपणे लालसर असणारे लोक—छानछोकीची आवड असणारे, मत्सरी, न्यूनगडाने पछाडलेले व कुटिल नीतीचे असतात.

(१०) मिचमिचे डोळे—घाबरट, बुद्धिमान, मेहनती व्यक्तीचे अस-तात. त्यांना आपल्या कुठल्याहि कार्यात आत्मविश्वासाची भावना वाटत नाही.

(१६०) वधूची निवड करताना नजरेचा उपयोग करण्या-पेक्षा कानाचा उपयोग करावा.

बोटांवरून भविष्य जाणणे

- (१) सारी बोटे उगमस्थानी एका रेषेत असतात—सुस्वभावी व्यक्ति.
- (२) तर्जनी या रेषेच्या खाली उगवली असल्यास—आपलेच घोडे पुढे दामटणारे, समाजात मिळून मिसळून न वागणारे लोक.
- (३) अनामिका या रेषेच्या खाली असल्यास—बुद्धीचा समतोलपणा नसणे, बराचसा भोळसट स्वभाव.
- (४) करगळी या रेषेखाली असणे—दुबळा, मागे राहणारा, स्वतःचें वजन कुठेच पडत नाही त्यामुळे अपयश.
- (५) करंगळी लाव व रेषेच्या वर असल्यास—कर्तव्यगार व महत्त्वाकाक्षी माणूस.
- (६) अगठा मुठीत लपविणाऱ्या माणसापासून सावध रहा.
- (७) तर्जनी व अगठा यामधे फट असणे—औदर्याचें लक्षण मानलें जाते.
- (८) मध्यमा व अनामिका यामधे फट असणे—विलासी वृत्ति दाखविते.
- (९) मध्यमा व तर्जनीमधील फट असणे—स्वतंत्रज्ञा दर्शविते.
- (१०) अनामिका व करगळी यामधील फट—स्वैराचार निर्देश करते.
- (११) सारीं बोटे मागे वाक असणारी—आनदी व बडबड्या स्वभाव दर्शवितात.
- (१२) सारी बोटे पुढे बांक असणारीं—भ्याडपणा व क्षुद्रता दर्शवितात.
- (१३) मांसात रूतलेली आखुड नखे—अतिशय लबाड, विषयीं, क्रूर स्वभाव सुचवितात.
- (१४) स्वभावतः गुलाबी व लालसर नखे—स्थिरता, सालसपणा दर्शवितात.

(१६१) स्त्रीची जीभ फक्त तीन इंच लाव असते; परंतु सहा फूट उंचीच्या माणसाला ती सहज 'ठार' करील.

युवतीचे हात

सबध जगात आयरिश युवतीचे हात अतिशय सौन्दर्यवान असतात असे सौन्दर्य-कसोटीच्या वेळी ठरविण्यात आले आहे. स्त्रियांचे हातावर सोनेरी लव असणे हें उत्तम स्वभावाचें चिन्ह आहे. पुरुषांच्या हातावर दाट केस असणे हे जरी मायाळु स्वभावाचे लक्षण असले तरी स्त्रियांच्या हातावर केस असणे म्हणजे लबाड वृत्तिची, नुसती वरवरून प्रेम करणारी स्त्री दर्शविली जाते. महाराष्ट्रीय मुलीचा हात नाजूक, मऊ, लांबसडक असून बोटाची टोके बहुधा निमुळती झालेली असतात. इंग्लिश स्त्रियांचे हात मांसल व पुष्ट असतात. अमेरिकन ललनाचे हात अरुंद व लावसडक असतात. जर्मन स्त्रियांचे हात आखूड व पसरट पजाचे असतात. डाव्या हाताचा दंड स्पंदन करूं लागला की, मोठ्या घराण्यातील स्त्रीचा वा पुरुषाचा सहवास घडून येईल (वामेतर भुजस्पदौ वर स्त्री लाभसूचकः). सरळ ताठ उभे असताना ज्या व्यक्तित्तेचा हात गुडघ्यापर्यन्त पोचतात ती व्यक्ति लोकप्रिय व सुप्रसिद्ध होते. (उदा. प. नेहरू, राजेन्द्रप्रसाद.)

चालण्यावरून स्वभाव जाणणे

(१) ज्या स्त्री-पुरुषांना पाय आपटीत किंवा दाणदाण आवाज करीत चालण्याची सवय आहे अशा व्यक्ति...हट्टी, आपलेच म्हणणे खरें करणाऱ्या, अहंमन्य असून बोलण्यांत चतुर असतात.

(२) पाय घासून चालण्याची सवय असणारे लोक...हळूहळू काम करणारे, व आळशी असतात, मात्र त्यांच्या हातून कामात सहसा चुका मिळणार नाहीत.

(३) चोर-पावलांनी चालणारे, म्हणजे चालताना पावलाचा आवाज बिलकुल होऊ न देणारे लोक...दुसऱ्याचीं बोलणी चोरून ऐकण्यांत पटाईत, दुसऱ्यांच्या गैरहजेरीत त्याची निंदा करणारे व अतिशय धूर्त असतात.

(४) चालताना अगर बोलतांना हाताचे तळवे एकमेकावर चोळणारे लोक खुनशी स्वभावाचे असतात; तसेच ते अतिशय असहिष्णु असतात.

(१६२) प्रेम हें हिऱ्यासारखे असतें; त्यात एकच दोष असतो. तें मौल्यवान असलें तरी अपूर्ण असतें.

(५) चालताना अगर बोलताना पाठीमागुं हात ठेवणारे लोक...शिष्ट, अहमन्य, अवेळी अधिकार गाजविणारे असतात.

(६) चवड्यावर पाय टेकला न टेकला अशा थाटांत चालणारे लोक... हुकूमशाही गाजविणारे असले तरी स्वभावाने सरळ वृत्तिचे असतात.

मनुष्याच्या बोलण्यावरून त्याची पारख करणे

(१) नेहमी मोठ्याने बोलणारे स्त्री-पुरुष...मोकळ्या मनाचे, स्पष्ट-वक्ते, बोललेले विसरणारे, व स्वभावाने दिलदार असतात.

(२) नेहमी कुजबुजणारे व हलक्या आवाजात बोलणारे लोक...धूर्त व लबाड असून बुद्धिमान असतात; अन्याय त्यांना सहन होत नाही.

(३) बोलताना मधून मधून खालचा ओठ चावण्याची सवय असणारी व्यक्ति...मत्सरी, दुसऱ्याचा उत्कर्ष सहन न होणारी व क्रियाशून्य असते.

(४) बोलताना कपाळावर नेहमी आठ्या असणारे लोक...रागीट, त्रासिक वृत्तिचे असतात; अशा व्यक्ति विशेष बोलत नाहीत.

(५) बोलताना डोळ्याच्या पापण्याची बरेच वेळा उघडझाप करणारे लोक...बुद्धिमान परंतु उतावळे असतात. त्याचे एकेठिकाणी मन सहसा स्थिर होत नाही.

सिगारेट ओढणाऱ्यांचें भविष्य जाणणे !

(१) सिगारेट न पेटविता नुसती बोटात पकडून सचित बसलेली व्यक्ति...अभिमानी किंवा दुष्टप्रवृत्तीची.

(२) जे लोक तोडातून धूर खाली सोडतात--हट्टी स्वभावाचे, परंतु विचारवत असतात.

(३) जे लोक तोडातून धूर वर सोडतात--जीवनातील सुख अनुभवलेले, रसिक, परन्तु लहान सहान प्रसगानो वाईट वाटून घेणारे असतात.

(४) धूर लवकर सोडणारे लोक--धैर्यहीन, सशयी असले तरी बुद्धिमान असतात.

(१६३) स्वतःच्या दारिद्र्यातच समाधान मानणारी व्यक्ति खरी श्रीमंत असते !

(५) धूर सोडताना ओठ बंद ठेवणारे लोक-कोणत्याही गोष्टीची कधीच पर्वा न करणारे, धोटा व जरा अहमन्य असतात.

(६) अगठा व तर्जनी यामधे सिगारेट ठेऊन तिचा जळणारा भाग तळहाताच्या बाजूने ठेवून सिगारेट ओढणारा-सुखी, आशावादी असून सर्वांत तो अतिशय लोकप्रिय होतो.

(७) तर्जनी व मधले बोट याच्यामधे बरोबर मध्यभागी सिगारेट धरून ओढणारी माणसे-मित्र होण्यास लायक, सरळ स्वभावाचे व उदार असतात.

(८) अगठा व तर्जनी यामधे सिगारेट धरून ओढणारा माणूस-आळशी, निराशावादी असला तरी स्वभावानें दिलदार असतो.

(९) अगठा व तर्जनी यामधे सिगारेट ठेऊन तिचा जळणारा भाग बाहेर ठेवणारे लोक-चिडचिडे व कलहप्रिय असतात.

(१०) धुरातून झुपके सोडणारे लोक-कल्पनावादी, अतिशय विचारी व भावनाप्रधान असतात.

(११) जवळजवळ सर्व बोटानीं सिगारेट धरून ओढणारे लोक-गभीर, एकांतप्रिय, चागल्या स्वभावाचे असतात.

(सिगारेट व बिडी यामधे फारसे अंतर मानू नये)

आयुष्यांतील महत्त्वाची वर्षे

१० व्या वर्षी-थड पाण्याने अंधोळ केली असताही तुम्हाला सर्दी होत नाही.

२० व्या वर्षी-तरुण मुलींची प्रियाराधना करताना तुम्हाला भीति वाटत नाही.

३० व्या वर्षी-तुम्ही बटुकीशिवाय पक्षी मारण्याची प्रौढी मिरविता.

४० व्या वर्षी-तुम्ही नोकरीघद्याबद्दल अगदी निर्धास्त बोलतां.

५० व्या वर्षी-तुम्हाला प्रेताची भीति वाटत नाही.

६० व्या वर्षी-तुम्हाला तरुण स्त्रियात मुळीच सौंदर्य दिसत नाही.

(१६४) एखाद्याने तुमचा विश्वासघात केला तर तो त्याचा गुन्हा होय; परंतु त्यानें दुसऱ्यादा तुमचा विश्वासघात केला तर मात्र तो तुमचा गुन्हा होय !

७० व्या वर्षी—तुम्हास उदास वाटते.

८० व्या वर्षी—एखाद्या कोबडीचं पिल्लूही तुम्हाला भीत नाही.

९० व्या वर्षी—तुम्हाला भेटायला येणाऱ्यासमोर तुम्ही रडता.

१०० व्या वर्षी—तुम्ही तापान किवा तापाशिवाय परलोकवासी होता.

जीवनांतील वर्षांचें महत्त्व

२० ते २५ वर्षांचा काल—हा जीवनांतील अतिशय महत्त्वपूर्ण काल होय. भूतकाल व भविष्यकाल यांना जोडणारा हा दुवाच होय. या वयात सर्व अवयवांची वाढ पूर्ण होऊन मनुष्याची आकलनशक्ति एकदम तीव्र असते. एखादी गोष्ट ते सहजतेने व शीघ्रतेने करू शकतात. २५ वर्षांचा माणूस एका तासात जितक्या गोष्टी शिकतो त्यांतल्या निम्म्या गोष्टीही ६५ वर्षांच्या माणसाला शिकतां येत नाहीत.

३० ते ४० वर्षांचा काल हा सर्वांगीण दृष्टीने सुखी जीवनाचा काल असे मानण्यात येतें या कालात उत्साह, आकलनशक्ति अतिशय जोमदार असते. तसेच मनही कुठल्याही प्रसंगाला तितक्याच उमेदीने तोंड देण्यास तयार असते. मनुष्याची बुद्धि व विचार याच कालात परिपक्व होत आलेले असतात. मनुष्याचे व्यक्तिमत्व उठावदार होऊं लागतें व तारुण्यातील अल्लडपणा कमी होऊन सामाजिक, सांस्कृतिक गोष्टी इकडे त्याचें मन ठाव घेऊं लागते.

४० ते ६० या वयात मनुष्य जरा चिडखोर बनू लागतो. त्याची दृष्टि व ताकद कमी होऊं लागते, स्मरणशक्तीही त्याच्यापासून दूरदूर जाऊं लागते. पैशाच्या दृष्टीने बघितले तर मात्र या कालात सर्वात अधिक पैसा त्याच्याजवळ खेळत असतो. शारीरिक त्रासाच्या बाबतीत विसाव्या वर्षी-पेक्षां कामाचा सरासरी २० टक्के त्याला अधिक त्रास होतो. तसेच शारीरिक चपळताही २५ व्या वर्षापेक्षां निम्मीसुद्धां त्याचेजवळ शिल्लक राहत नाही.

चित्रकार, कवि, डॉक्टर, वकील, यंत्रज्ञ, गणितज्ञ वगैरे लोकाना सर्वांत महत्त्वाचा काल म्हणजे ३० ते ४० हाच असतो. या कालाच्या जोरावर

(१६५) घोड्याची प्रशंसा एक महिन्याच्या अनुभवानंतर करा आणि स्त्रीची एक वर्षानंतर.

तुम्ही म्हातारपणचे समाधान आजमावू शकता. राजकारणात ४० च्या पुढचा काल महत्त्वाचा मानण्यात येतो. तर सैन्यविभागात ३० ते ४० हीं वर्षे महत्त्वाची मानली जातात.

निरनिराळ्या देशातील पुरुषांची स्त्रियाविषयीची आवड

- (१) बारीक कमरेची, उच पायाची व नाजूक बांध्याची स्त्री.....
इंग्रजाना प्रिय असते.
- (२) किंचित स्थूल व हरिणाक्षी स्त्री.... भारतवासियाना प्रिय असते.
- (३) बारीक चिमुकत्या पायाची स्त्री.....चिनी, जपानी लोकांना प्रिय असते
- (४) उच व सरळ नाकाची स्त्री.....तुर्की लोकाना प्रिय असते.
- (५) उच, सावळी व थोराड स्त्री.....अमेरिकन लोकाना प्रिय असते.

हस्ताक्षरावरून स्वभावज्ञान

हस्ताक्षरात मुख्यतः ४ गोष्टी येतात- (१) समास, (२) ओळीचा उतार, (३) ओळीतील अतर, (४) शब्दातील अक्षरे.

- (१) समास (अ) मुळीच नसणे...लोभ
(ब) फार लहान...कृपणता
(क) फार मोठा...उधळपट्टी
(ड) वर लहान, खाली मोठा..उदार, मनमोकळा
(इ) वर मोठा, खाली लहान...काटकसरी
(ई) दोन्हीकडे सारखी जागा..सुव्यवस्थितपणाची आवड
- (२) ओळीचा उतार-(अ) उजवीकडे खाली...उदास
(ब) उजवीकडे वर उचलणारा..महत्त्वाकांक्षी
(क) मध्ये खोलगट ओळी...प्रयत्नवादी
(ड) मध्ये उभार...समजूतदारपणा

(१६६) बाजारगप्पा स्त्रियांच्या मुखांतून दारोदार प्रसृत होतात; पण सुशील स्त्रीच्या दारी मात्र त्या 'राम' म्हणतात.

- (इ) वर व खाली समिथ्र...चचल मन
 (ई) सर्पाकार...मुत्सद्दीपणा
- (३) ओळीतील अंतर—(अ) पुष्कळ...औदार्य (ब) अगदी कमी...चिक्कू.
 (क) बेताचे...आटोपशीर, तारतम्य जाणणारा.
 (ड) काही ठिकाणी कमी, काहीं ठिकाणी जास्त...कल्पनाप्रिय, गैरशिस्त, अव्यवस्थित.
- (४) शब्दातील अक्षरे—(अ) गोलाकार असणें—अहकार. (ब) तुटक—उधळेपणा. (क) प्रमाणशीर—अभिरुची श्रेष्ठ.
 (ड) अधुक, अस्पष्ट, एकात एक गुरफटलेली—दुबळेपणा, लबाडी. (इ) डावीकडे झुकलेली—भावनाप्रधान. (ई) उजवीकडे झुकलेली—मनो-निग्रही. (ड) सरळ उभी—बुद्धिवादी.
- (५) सहीवरून स्वभाव—(अ) सही व इतर मजकूर याचे वळण व नूर एकच—प्रामाणिक. (ब) मजकुरापेक्षा सहीच प्रचंड—आक्रमक वृत्ति. (क) सहीनतर पूर्णविराम—शहाणा व विचारी. (ड) सहीखाली मागे जाणारी रेघ—दक्ष, सावध, चतुर.



(१६७) आपत्ति नेहमी हानि करण्यासाठी येते असे नव्हे !

मेंदीचे गुणधर्म व तयार करण्याची कृति

ग्रीष्म ऋतूत शरीरात उष्णता जास्त असते; थंडी अगर उष्णता शोषून घेण्याची शक्ति आपल्या हातापायामधें अधिक असते; स्त्रीच्या शरीरात पुरुषांपेक्षा जास्त उष्णता असते असें मानले जातें; उष्णतेमुळें अनेक स्त्रियांच्या हातापायांच्या तळव्यांची आग होत असते. मेंदी लावल्यानें डोळे जळजळणें, पायाना भेगा पडणें, अधिक ऋतुस्नाव होणे, डोके दुखणें, पित्ताचा विकार होणें इत्यादि रोगाचे प्रमाण कमी होते. आवळ्याचें अगर ब्राह्मीचें तेल करताना मेंदीची पाने अवश्य टाकावीत, त्यामुळें ताळू थंड होऊन केस पिकण्याचे थाबतात. मेंदी लावल्याने रंग आणि सुगंध या दोन्ही गोष्टींचा फायदा घेतां येतो. मेंदीची कोंवळी पाने कुटून हातापायांच्या तळव्यांना लावल्यासही हातापायांची जळजळ खूप कमी होते.

मेंदी तयार करताना प्रथम ताकाचें पाणी काढून एका भाड्यांत घ्यावें. मेंदीची ताजी पानें घेऊन ती बारीक वाटावीत. मेंदी वाटताना ताकाचें पाणी मधून मधून क्षिपडावे. चांगली बारीक वाटलेली मेंदी उत्तम रंग देते. मेंदी लावण्याच्या अगोदर हात चण्याच्या पीठाच्या योगे स्वच्छ करावेत. बारीक कुटलेल्या मेंदीमधें डिक घालून हातापायांवर वेलवुट्टी काढणें, हंसमोरादि चित्रे काढणे इत्यादीमधे राजस्थानच्या बायका पटाईत आहेत. डोक्यावरचे केसही मेंदीने काही लोक रगवतात, अशा वेळी मेंदी सुकल्यावर ती तेल लाऊन काढावी म्हणजे रंग फार वेळ राहत नाही.

पंचरसानें युक्त असणारी लसूण

लसणीमधे ६ पैकी ५ रस आहेत; एकच रस (षड्रसापैकी) कमी अस-

(१६८) जो चटकन् उत्तर देतो त्याचें ज्ञान बेताचेंच असतें.

न्यामुळे लसणीस “रसोन” असें नाव आहे. लसूण मुळात तिखट, पानात कडू, दाड्यात तुरट, अग्रात खारट व बीजात मधूर असे ५ रस तीमधे असल्याने वात व कफ यावर ती फारच गुणकारी आहे. सधीवातावर लसणीचे तेल फार वापरतात. लसणीचे शत्रू म्हणजे दूध, उष्ण पाण्याचें स्नान, मस्तकावर व कपाळास तेल चोळणे, उन्हांत जाणे, फार पाणी पिणें, गूळ खाणे वगैरे. लसणीच्या रुपया भार कळ्या नागवेलीच्या (त्रिड्याच्या) पानात गुडाळून त्यावर ओल्या मातीचा लेप करून फुफाट्यात भाजल्यावर कुस्करून सेंधव व तुपावरोबर सकाळीं खाव्यात, वृद्धावस्थेत अतिशय गुणकारी असते; मात्र लसणीचे शत्रू दूर ठेवावेत.

कुत्र्याची छत्री

कुत्र्याची छत्री पावसाळ्यात उकीरड्यावर, शेणखताच्या ढोगावर, गाई-गुरांच्या गोठ्यांत, कुजणाऱ्या लाकडावर, सडलेल्या पालापाचोळ्यावर उगवलेली पुष्कळ वेळा आपल्या पाहण्यात येते. कुत्र्याच्या मुतापासून ही उगवते अशा चुकीच्या समजुतीने या वनस्पतीस “कुत्र्याची छत्री” असें म्हणतात. अशा वनस्पति अगांतुक असतात; कारण दुसऱ्या जिवंत किंवा मृत प्राण्यानी अथवा वनस्पतीनीं तयार केलेल्या आयत्या अन्नावर त्याची उपजीविका होते; कारण स्वावलंबी हरितद्रव्य (क्लोरोफिल) यामधे नसल्याने जमिनीतील क्षार व हवेतील कर्बवायू यापासून त्यांना स्वतःचें अन्न तयार करता येत नाही. या आळंब्याच्या रासायनिक पृथक्करणाने ८८ टक्के पाणी, ३.५ टक्के प्रथिने (Proteins) ६ टक्के नत्रयुक्त पदार्थ, २ टक्के चरबी, रक्षा वगैरे गोष्टी आढळल्या.

विड्याच्या पानाची लोकप्रियता

बहुसंख्य लोकाना धूम्रपानापेक्षा पान खाण्याचीच जास्त गोडी आहे. एकट्या मुंबई शहरात रोज सुमारे १ लाख पयाच्या पानपट्ट्या खपतात. रोज सुमारे ९० लाख पाने पुणे, कोल्हापूर, मिरज, वसई, नाशीक, निपाणी, चिकोडी वगैरे ठिकाणाहून येत असतात. यातील सर्वांत चांगली

(१६९) निराशेच्या पोटी उत्पन्न होणारी आशाच खरी कार्यकारी व सिद्धीप्रद असते.

पाने पुण्याची पूना कळी किवा पापडा म्हणून प्रसिद्ध आहेत पानपट्टीचा धदा फार किफायतशीर असून गळ्यात चौकट अडकवून फिरणारा पानवाला रोज ३।४ रु. सहज कमावतो भुलेश्वर, चौपाटीवरील काही प्रसिद्ध पानवाले रोज ३०० रु. पर्यंत कमाई करतात. पानपट्ट्या २ पैशापासून १०० रु. किमतीच्या असतात. कस्तुरी, प्रवाळ, उत्तम मुगव, अफू वगैरे घातल्याने पानपट्ट्याची किंमत भरमसाट वाढते.

फूलदाणीतील फुलें ताजी राखणे

(१) फूलदाणीतील पाणी रोज बदलावे व बदलताना दरवेळी फुलांचे देठ १/२ ते १ इंच खुडावेत.

(२) दर १५ दिवसांनी फूलदाणी सावणाच्या कडत पाण्याने धुवून टाकावी.

(३) फूलदाणी तोडाशी अरुंद व निमुळती असावी व फुलाचे देठही लाबच तोडावेत.

(४) पाने अगदी मोजकीच २।३ ठेवावीत, त्यापेक्षा जास्त पाने ठेवल्यास फुले लवकर कोमेजतात.

(५) फुले तोडल्यावर त्यांचे देठ १ इंचपर्यंत उकळत्या पाण्यांत १ सेकंद-भर किवा मेणबत्तीच्या ज्योतीवर धरावीत व नंतर फूलदाणीत व्यवस्थित ठेवावीत.

(६) फूलदाणीत पोटॅशियम परमँगनेटचा एखादा कण टाकून चिमूट-भर मीठ टाकावे म्हणजे फुलाची टवटवी टिकून राहते.

वृक्षारोपणाचे महत्त्व

प्राचीन काळी घराच्या उत्तरेस वटवृक्ष, दक्षिणेस औदुंबर, पूर्वेस पिंपळ, पश्चिमेस पलाश (पळस) इत्यादि झाडे असणे उत्तम, असे मानले जात असे. हे चारही वृक्ष पवित्र मानले गेले आहेत.

दशकूपसमा वापी, दशवापी समोहद. ।

दशहृत्समः पुत्रो दशपुत्रो समोदूम. ॥

(१७०) शिक्षक हा वयानें वृद्ध होत असला तरी ज्ञानानें तो नेहमीं तरुणच असतो.

एक वृक्षारोपण केल्यानें १० मुलाना जन्म दिल्याचे पुण्य मिळते. हे अतिशयोक्तिचे उदाहरण सोडून दिले तरी वृक्षारोपण हें अनेक कारणा-स्तव अति महत्त्वाचे आहे. वृक्षाच्या बाबतीत कवीचे सकेतहि ठरून गेलेले आहेत. गरोदर स्त्रीच्या स्पर्शानें प्रियगु वृक्ष बहरतो, अशोक-वृक्षाला तरुण स्त्रीचा पादाघात प्रिय असतो, तर आत्मवृक्षास तिचा मधुर फुंकर गोड वाटतो, केवड्यास तरुणीच्या नाचाची फार आवड दिसते. असो. हवामान, पाऊसपाणी, जमिनीचा कस इत्यादि गोष्टी वृक्षारोपणापासून बदलू शकतात.

कांद्याचे विविध उपयोग

(१) बहुतेक नेत्रदोषावर (डोळे येणे, तळावणे, डोळ्याची आग होणे, लाल होणे) कांद्याचा रस २।३ थेंब सकाळ संध्याकाळ डोळ्यात घालावा.

(२) दिव्यावर पतंग, किडे, फुलपाखरे जास्त येत असल्यास दिव्या-शेजारी कादा चिरून बाधावा.

(३) गाथीलमाशी चावलेल्या ठिकाणी कांद्याचा रस चोत्रल्यास लगेच दाह कमी होऊन बरे वाटते.

(४) कांद्याच्या रसाने कागदावर लिहावे व वाळल्यावर पाहिजे असेल तेव्हा कागद दिव्यावर धरून गरम केल्यास कागदावरील मजकूर स्पष्ट उमटलेला दिसेल.

(५) गूळ व कादा नियमित खायला दिल्यास मुलाची लवकर वाढ होते.

(६) कांद्याचा (कादा फोडून) वास नाकातून येणारे रक्त थांबवितो; तसेंच घेरी येऊन पडलेला मनुष्य कांद्याच्या वासाने उठतो.

(७) कांदा थंड असल्याने उन्हाळ्याच्या दिवसात तो नियमित खात गेल्यास उन्हाळा बाधत नाही.

(८) कांद्याचें पोटीस उत्तम होतें. कांदा गरम राखेत घालून भाजावा व मग सोलून त्याच्या पाकळ्या गळवावर गरम गरम बाधाव्यात. दुसऱ्या दिवशीं गळू पिकतो अगर गळवाचा निचरा होतो-

(१७१) ज्ञानसंग्रह करण्याचें प्रबल साधन वाचन होय.

झाडाचें आयुष्य

झाडाचा बुधा जर आपण आडवा छेदला तर कापलेल्या बुंध्याच्या ठिकाणीं आपल्याला बरीचशीं वर्तुळे दिसतील, त्यातील प्रत्येक वर्तुळ झाडाचें एक एक वर्ष दाखविते; याप्रमाणें जितकी वर्तुळे त्या कापलेल्या बुंध्यावर आपल्याला दिसतील तितके त्या झाडाचें आयुष्य असे मानायला हरकत नाही. ज्या वर्षीं झाड जोमात वाढले गेलें असेल त्यावर्षीं वर्तुळास चागलीच जाडी म्हणजे स्पष्टपणा दिसून येतो. झाडाचें आयुष्य ओळखण्याची ही खूण बरीच सत्यता दर्शविते असे आढळलें.

वनस्पतीचा रंग हिरवा कां असतो ?

झाडात अन्नाचें जे उत्पादन होते ते मूलतः साखरेच्या (कार्बोहायड्रेट) स्वरूपांत होते. झाडाच्या मूळानी शोषलेल्या पाण्यातील हॅड्रोजन व झाडा-भोंवतालच्या हवेतील कार्बनडायऑक्साईड याचा एकमेकाशी संयोग होऊन झाडात प्रथम अन्न तयार होतें, याकरितां सूर्यप्रकाश असणे अत्यंत आवश्यक आहे; कारण त्याच्याच मुळे दोघाचें मीलन घडून येते. झाडांत क्लोरोफिल नावाचा जो एक घटक आहे, तो सूर्यप्रकाशांत हवा व पाणी यांचा संयोग घडवून अन्न तयार करतो. या क्लोरोफिलमुळेच वनसृष्टि नेहमी हिरवीगार दिसते. वनस्पतीत अन्नोत्पादनही या क्लोरोफिलमुळें होतें हे लक्षांत ठेवावे.

झाडांना सूर्यप्रकाश किती मिळतो ?

सूर्यप्रकाशाचा ६० टक्के भाग वातावरणात शोषून घेतला जातो, त्यामुळे तो जमिनीपर्यंत पोहोचू शकत नाही. उरलेला ४० टक्के भाग जमिनीवर पडतो; परंतु पृथ्वीवर ३/४ भाग पाणीच असल्याने सूर्यप्रकाशाचा फारच थोडा भाग जमिनीकरितां शिल्लक राहतो. बरे, झाडावर जो सूर्यप्रकाश पडतो तो तरी झाडाच्या वाटचाला सर्वस्वी कुठें येतो; त्यांतील कांहीं पानांवर परावर्तित होऊन बाहेरच्या बाहेरच फेकला जातो,

(१७२) लोकशाही म्हणजे विचारविनिमय करून, नाना मतें संकलित करून, त्यांचा समन्वय करून चालणारी राज्य-व्यवस्था.

तर काही भाग पानातून आरपार निघून जाऊन नाहीसा होतो, अशारीतीने झाडाना अन्नोत्पादन करण्यास मदत करणारा २ टक्के सूर्यप्रकाशच फक्त उपयोगात येतो.

झाडे, फुलें व फुलें यांच्याशी जोडलेले गुणावगुण

पारिजातक.....	...कोमलता	गव्हाचे ताट.....	श्रीमती
उंबराचे फूल.....	दुर्मिळता	अननस.....	मर्वगुणसंपन्न
गुलाबाचे फूल.....	सौंदर्य	शेवतीचे झाड.....	कठीण प्रसंगीही
सदाफुली.....	दिखाऊपणा	आनंदी स्वभाव	
जाईचे फूल.....	मनाची शुद्धता	आळू.....	उथळपणा
झेडूचे फूल.....	मनाचा हलकेपणा	बटाटा.....	औदार्य
तेरडा.....	मर्यादीतपणा	भोपळा.....	विस्तार
सूर्यफूल.....	गर्विष्ठपणा	हिरडा.....	उपासमार
सूर्यफुलाचें तोड	सूर्याच्याच दिशेने	बाभूळ.....	गुप्तप्रेम

सूर्यफुलाचें तोड सूर्याच्याच दिशेने कां फिरते ?

प्रत्येक वनस्पतिची जो वाढ होते ती खालील ३ मूलभूत प्रवृत्तीना अनु-लक्षूनच होत असते. (१) भूमध्यानुवर्तित्व (Geotropism) झाडाचें मूळ भूमीच्या मध्याच्या दिशेनेच प्रवास करते—एखाद्या रोपट्याचे मूळ उर्ध्व दिशेस करून जमिनीत पेरले तरी पुन्हा उलट होऊन ते अवोदिशेनेच जाऊ लागते (२) जलाकर्षण (Hydro-tropism) झाडांच्या मुळाचा पाण्याच्या दिशेनेच नेहमी प्रवास करतात (३) प्रकाशाकर्षण (Phototropism) झाड प्रकाशाकडेच धाव घेत असते. झाडाच्या खोडात पानात व फुलांत हें प्रकर्षाने दिसून येते. या ३ मूलभूत प्रवृत्ती प्रत्येक वनस्पतीत सारख्याच प्रमाणात विकसीत होत नाहीत. सूर्यफुलाबाबतीत प्रकाशाकर्षणाची प्रवृत्ति जास्त प्रमाणात असल्याने सूर्यफुलाचें तोड सूर्याकडे असते. कमळांमध्ये सूर्यकमळे, चंद्रकमळे असे प्रकार दिसून येतात.

ब्राह्मीचें तेल घरी बनविणे

ब्राह्मीचा पाला, बेलाची पाने, कडुनिंबाची पानें, बिया काढलेले आवळ

(१७३) माणसाची जवानी अखड टिकवणारें पोरखेळ हें एक रसायन आहे.

समभाग घेऊन त्यात तेवढेच खोबरेल तेल घालून मदाग्नीवर आटवावे. पाणी आटल्यावर शोगडीवरून खाली उतरावे व थंड झाल्यावर गाळून घ्यावे. त्यात सुवासाकरिता वाळ्याचे तेल टाकावे. केस काळे करण्याकरिता हे तेल चुलीवर ठेवतानाच त्यात थोडा हिराकस (Ferrous Sulphate) टाकतात, त्यामुळे या तेलाला जरा काळसर रंग येतो. हिराकसने केस तात्पुरते काळे दिसतात; कायमचे होत नाहीत.

प्रत्येक रोगावर वनस्पति असतेच

जाळलेल्या स्पजाच्या राखेने सधिवात जातो, त्यांत असणाऱ्या आयोडिनचा सधिवातावर फार उपयोग होतो. जायफळ कापले की, ते मेंदूसारखे दिसते व त्यावरची जायपात्री रक्तवाहिन्यासारखी दिसते, म्हणून मेंदूच्या विकारावर जायफळ व प्ल्युरिसीवर जायपात्रीचा औषध म्हणून उपयोग करण्यात येतो. तांबडा गुलाब रक्तवर्धनासाठी देतात. ठिपक्याच्या वनस्पति ठिपक्याच्या रोगावर (काजिण्या, गोंवर, देवी) उपयोगात आणल्या जातात. जखमावर रुई, बाभूळ इत्यादि चिकाच्या वरस्पतीचा उपयोग होतो. तसेंच मूल नको असल्यास बिनफुलाच्या वनस्पती व मुलें हवी असल्यास बहुबीज फळे खावीत असे सांगितले आहे.

चंदनाचे झाड

चंदनाचे झाड स्वयजीवि नाही; परोपजीवि आहे, ते दुसऱ्या झाडाच्या मुळाचा जिन्नस शोषून घेऊन वाढते. काहीं वेळेस ही झाडे एकमेकाचा जीवनरस सुद्धा शोषून घेतात, अशा वेळी अशक्त झाड मरते. चंदनाचे झाड इतर झाडाप्रमाणे कार्बनडायऑक्साईड पासून कार्बोहॅड्रेट व सूर्यप्रकाशा-पासून हरित-द्रव्ये मिळविते; परन्तु इतर पोषणद्रव्ये मात्र जमीनीतून शोषून न घेतां इतर झाडांच्या मुळांतूनच शोषून घेते.

चंदनाचे झाड वाळायला लागले अगर झाडाची पूर्ण वाढ झाल्यावरच त्यात सुगंध निर्माण होतो.

(१७४) अन्न, श्रद्धाहीन व सशयखोर मनुष्याला कधीहि सुख मिळत नाही.

चदनाचे झाड चटकन् पेट घेते; तसेच चदनाचे झाड जनावराचे फार आवडते खाद्य आहे. चदनाचे झाड चांगल्याप्रकारें वाढवावयाचे असेल तर त्याचे आग व जनावरें यापासून सरक्षण करायला पाहिजे. चदनाचे पिकलेले फळ पक्षाना फार आवडते. उत्तम चदनाची खूण अशी की, ते वरून पाढरे, तोडले असतां लाल, उगाळताना पिवळसर व रूचीला कडू असले पाहिजे.

लिंबाचे विविध उपयोग

- (१) डोकेदुखी : कोऱ्या चहांत लिंबू पिळून घेणे.
- (२) मधमाशी, मच्छर यांच्या दशावर : लिंबाचा रस चोळावा.
- (३) यकृतांत (पोटाचा) कोणचाही दोष उत्पन्न झाल्याम : ऊन पाण्यात लिंबाचा रस घालून प्यावे.
- (४) अगावरील (विशेषतः चेहऱ्यावरील) डाग : लिंबाचा रस चोळल्याने निघतात.
- (५) डोव्यात होणाऱ्या खवड्यावर व त्वचारोगावर : लिंबाचा रस चोळावा.
- (६) दातावरील मळ, कीड, दुर्गंधी : लिंबाचा रस पाण्यात टाकून गुळण्या कराव्यात.
- (७) कॉल-यावर रामबाण : लिंबाच्या रसांत पाणी मिसळून वरचेवर देत जावे.
- (८) गरोदर स्त्रियांना वाति, मळमळणे, मूत्राशयातील पीडा, करपट ठेकरा यावर लिंबाचा रस पाण्यातून घ्यावा.



(१७५) जगात ज्याला चांगलं रहायचं आहे त्यानं मन आवरलं पाहिजे.

व्यावहारिक गोष्टी

: : : ८

व्यवहाराच्या गोष्टी

(१) फाटलेल्या मच्छरदाणीस रगीत कापडाची चारी बाजूस किनार लाऊन खिडक्याना पडदे शिवल्यास चागले दिसतात

(२) फार वापरल्याने खरखर होणाऱ्या ध्वनिमुद्रिकेस कापसाचा बोळा रॉकेलमध्ये बुडवून घासावा व मग स्वच्छ फडक्याने पुसल्यास आवाज व्यवस्थित ऐकू येतो.

(३) शार्डप्रमाणे उठणाऱ्या पेन्सिली कांहीं दिवसानी उठेनाशा झाल्यास पेन्सिलीच्या टोकावर १।२ थेंब टर्पेटाईन सोडावे.

(४) संसाराची यादी : स्टेनलेसच्या एकात एक राहणाऱ्या २/४ पातेल्या, ३।४ ताटे, ६ वाट्या, ६ फुलपात्रे, २ गडवे, हडा, घागर, झांकण्या, १।२ ताटल्या, पितळी पिप, ६ कपवशाचे जोड, लोणच्या-मोरंब्याच्या ४।५ बरण्या, पितळी डब्यांचा संपूर्ण सेट, स्टोव्ह, ३ शोल्फ, कपाट, चटई, जाळीचे कपाट, आरसा, ३।४ ट्रका, १ सूटकेस, २।३ खुर्च्या, टीपांय, वहाणा ठेवण्याचे शोल्फ, हॅगर्स, मोठी सतरजी, गजराचे घड्याळ, एक कॉट, २ केरसुण्या, साब्रण, नॅपकिन, २।४ खुंटाळी, ३ गाद्या, ४ चादरी व तितकेच पलगपोस, खणाचे टेबल, शिवणाचे मशिन, बब, १ डझन चमचे व जमल्यास रेडिओ.

(५) कोव्रीत ९१.५ टक्के पाणी असते.

(६) पोटात केस गेल्यास अननस खाल्ल्याने ह्याचे पाणी होते.

(७) कपिलापष्ठीच्या योगात भाद्रपद शुद्ध पष्ठी मंगळवारी अगर रविवारी येऊन त्या दिवशी व्यक्तिपात व रोहिणी नक्षत्र असले पाहिजे.

(१७६) हक्कासाठी झगडण्यापेक्षां कर्तव्याशी प्रामाणिक रहा.

(८) हलवा करण्याची रीत-शेगडीवर परात ठेऊन त्यात तीळ घालून त्यावर थोडा थोडा पाक ओतून तिळ-हलवा बनवतात. तीळ प्रथम चपटे असतात; परंतु आटवून घट्ट केलेल्या पाकाच्या केशाकर्षणशक्तिमुळे त्याच्यावर पाकाची पुटे चढून त्यांना गोलाकार प्राप्त होतो; तीळ असे गोल झाले आणि त्यावर पाक टाकला म्हणजे जवळ जवळच्या दोन तिळांचे सूक्ष्म बिंदु एवढे भाग एकमेकांच्या सपर्कांत येऊन या बिंदूवर पाकाचा छोटासा एक थर बनतो. हे खूट म्हणजेच काट्याची सुरुवात. नंतर जसजसा पाक टाकावा, तसतसा या खुटावर थर बसत जातो व पुढे त्याचें काट्यांत रूपांतर होते. खुटाच्या मधील खोलगट जागेत पाक चिकटपणामुळे पोहोंचू शकत नाही.

(९) चण्याची फ्रेम गोलाकार ठिकाणी तुटते ती साधण्यास मोडलेला कंगवा घेऊन दिव्यावर धरला असता जो द्रव-पदार्थ निघेल तो तुटलेल्या ठिकाणी लावल्यास फ्रेम साधतां येते.

(१०) लोकरीचे जुने स्वेटर्स अगर पायमोजे उसवून निरनिराळी रग-संगति साधून सुदरसे रगीत ब्लॅकेट तयार करता येते.

(११) बाभळीच्या डिकाचें दाट पाणी करून त्यात तांबडी अगर काळी शाई मिसळून चमकदार होण्यास चिमूटभर पिठीसाखर टाकून चांगलें गंध तयार होते.

(१२) साधारणपणें एक चहाचा चमचा

Tea Spoon--६० थेंब (मिनिम)

१ डेझर्ट स्पून --२ चहाचे चमचे.

१ टेबल स्पून --४ चहाचे चमचे.

८ चहाचे चमचे --१ औंस.

१ चहाचा कप --८ औंस.

४ चहाचे कप --१ पिंट.

स्वान इकची वाटली--२ औंस.

(१७७) भरपूर ज्ञान मिळवावयाचे असेल तर वाटेल त्या भाषेचा आश्रय करावा.

ज्ञा. शि. १२...

स्परिटची बाटली —२४ औंस.

घासलेटचा डवा—४ गॅलन.

(१३) जाड कपडा शिवण्याचे वेळी सुई मोडू नये म्हणून कापडावर शिवणाचे जागी सावण चोळावा, म्हणजे सुई न मोडता झटकन् शिवले जाते.

(१४) उसवलेल्या लोकरांने बनविलेला जिन्नस सफाईदार होण्यासाठी ही उसवलेली लोकर चागल्याप्रकारे बनविण्यास अॅल्युमिनियमच्या बरणीत अगर पातेल्यात खूप कढत पाणी ओतून त्याच्याभोवती ही लोकर गुंडाळून ती काही वेळ तशीच राहू द्यावी; त्यामुळे लोकराचा पीळ व जुनाटपणा नाहीसा होतो व लोकर अगदी नव्यासारखी भासते.

(१५) रेशमाचा घागा अंबाडीच्या घाग्यापेक्षा तिप्पट मजबूत असतो.

(१६) दरवर्षी मार्च महिन्याच्या तारखेस जे वार येतात तेच त्या वर्षी नोव्हेंबर महिन्यात येतात.

(१७) १२०० फूट लांबीवरून मनुष्य आपल्या उंचीच्या पावपट भासतो.

(१८) पाच मिनिटाचा कार्टून-चित्रपट दाखविण्याकरिता १४००० स्थिरचित्रे कॅमेऱ्याने घ्यावी लागतात.

(१९) बारीक किवा हाडी ताप जाण्यासाठी दररोज सकाळी शौच-मुखमार्जन झाल्यावर पारिजातकाची ७/८ पाने चावून त्याचा रस गिळावा व चोथा फेकून द्यावा. याप्रमाणे ७, १४, २१ दिवस करावे.

(२०) पालेभाज्या गोळा अगर पातळ करिताना शिजलेल्या भाजीस पेरून पीठ लाऊ नये. गार पाण्यात कालवून पीठ घातले असता पीठाच्या गांठी न होता भाजी एकजीव होते व मिळून येते. ओशट भाडी विसळण्यास सावणाअवजी गव्हाचा अगर तादुळाचा कोडा, अगर चहा झाल्यानंतर खाली राहिलेल्या गाळानेही भाड्याचा ओशटपणा निघतो. कांचेच्या वशा, चादीची भाडी अगर चिनो-मातीची भांडी धुण्यास थोडे ज्वारीचे पीठ घ्यावे उत्तम निघतात.

(१७८) बुद्धि, शील, आरोग्य ही साभाळली तरच जीवन आदर्श होऊ शकेल.

(२१) सारग राग जेवताना वाजविला असतां जेवण गोड लागतें.

(२२) विडा खाल्ल्यावर पदार्थाची चव जीभेस चागली कळत नाही; म्हणून विड्यातून कोयनेल घेतल्यास तितके कडू लागत नाही.

(२३) सोडा अगर सोरा खाल्ल्यास पाणी बेचव लागते, तर आवळा खाऊन पाणी प्यायल्यास गोड लागते.

(२४) 'बेडकी' नावाचो वनस्पति आहे, तिचे पान चावून वर गूळ अथवा साखर खाल्ली तर ती निव्वळ मातीप्रमाणे लागते.

(२५) गधाची बाटली वूच न लावता उघडी ठेवल्याने गध घट्ट होते, त्यावेळी बाटलीत थोडे स्पिरिट टाकल्यास गध पातळ होऊन उपयोगात येते.

(२६) घरगुती स्नो बनविल्यास शुद्ध खोबरेल तेल (२ छटाक), बदाम तेल ($\frac{1}{2}$ शेर), पांढरे मेण (२ छटाक) घेऊन विस्तवावर पातळ करावें. एका चिनी मातीच्या भांड्यांत ते मिश्रण घेऊन रवीने चागलें घट्ट व पांढरे होईपर्यंत घोटावें. घोटल्यानंतर १ छटाक शुद्ध ग्लिसरीन त्यात मिसळून $\frac{1}{2}$ तास चागले घुसळावे. त्यात सुवासकरिता सेट अगर गुलाब-पाणी घालावें.

(२७) कॉल-यावर बडोद्याचे प्रो माणिकराव याचा खात्रीचा उपाय-चिनी-मातीचे किवा कल्हईचे भाडे घेऊन त्यात चिच पाण्यात खूप कोळावी व बरवट तयार करावे. ते मोठ्या माणसाकरिता ६ औंस (१२ मोठें टेबल स्पून), मध्यम माणसाकरिता ४ औंस व लहान मुलाकरिता २ औंस घेऊन त्यात बिब्या सुईस टोचून तो मेणवत्तीवर धरून त्याचे जितके औंस चिचेचे बरबाट तितकेच थेंब टाकावेत, कॉल-याचा जोर अधिक असल्यास अर्ध्या तासाने १ औंस (७।८ चहाचे चमचे) व मुलास त्याच्या अर्वे व जोर कमी असल्यास तासास १ औंस द्यावे. २४ तास पाण्यासकट काहीही खाण्यापिण्यास देऊं नये. हे पेय पोटात गेल्याने झाडा व लवची ताबडतोब बंद होते कॉलरा चालू असता प्रत्येकाने खाण्यात चिच, लिंबू, ताक, कोरुम, कांदा, लसूण, कच्चा आंबा यांचा सर्रास उपयोग करावा.

(१७९) सस्कृति ही निरतर बदलणारी व सदैव विकासी असते.

(२८) चंद्राचे क्षितिजावरील अस्तित्व आधानकाली गर्भास पुल्लिगी देह देण्यास कारणीभूत होत असते.

(२९) मोठमोठ्या शहरातील मृत्युसंख्या चतुर्थीपासून एकादशीपर्यंत कमी व द्वादशीपासून ते तृतीयेपर्यंत अधिक असते असे आढळले आहे.

(३०) लोखंडी बादल्या बऱ्याच वेळा आतून व बाहेरून रोजचे धुणे घुण्यामुळे चिकट झालेल्या दिसतात; अशावेळी बादल्यांना थोडेसे रॉकेल आतून व बाहेरून लावल्यास त्याचा चिकटपणा निघतो, नंतर बादल्या स्वच्छ घासल्यास कोऱ्याप्रमाणे भासतात

(३१) शिळी अगर जून झालेली लिवे पिळून त्याचा रस बाटलीत मीठ घालून ठेवावा, भांडी स्वच्छ करण्यासाठी त्याचा उपयोग होतो. साबणाचे बारीक बारीक तुकडे पाण्यात विरघळून बाटलीत भरून हात घुण्यासाठी वापरता येतात.

(३२) मुंबईत शे. ९५ टक्के लोक घरात स्टोव्ह वापरतात. कढ येणारी भाडी स्टोव्हवर वापरू नयेत, कारण तापून लाल झालेल्या बर्नरवर पाणी पडून त्याचे आयुष्य लवकर सरते. वाजवीपेक्षा जास्त हवा टाकीत भरू नये, त्यामुळे निपलचे टोक लवकर झिजून मोठे होते व स्फोट होण्याची भीति असते. टाकीत तेल नसल्यास टाकी तापते व कल्हईने डाग दिलेले स्टोव्हचे भाग सुटून स्फोट होणे शक्य असते. स्टोव्हमधे तेल घालतांना त्याच्या तोडावर कापसाचा बोळा ठेऊन तेल घालावे.

(३३) चागल्या इमारतीचे आयुष्य साधारणपणे २०० वर्षांचे मानले जाते.

(३४) पूर्वेकडे मनुष्य गात असता आवाज घराच्या दक्षिणेकडील खिडकीतून आल्यास गाणे दक्षिण बाजूस चालू आहे असे वाटते

(३५) यकृत बिघडले असता पाणी बेचव लागते व तोडात कडवटपणा उत्पन्न होतो.

(१८०) आत्म्याचा विकास म्हणजेच शीलसंवर्धन व स्वतःची व परमेश्वराची ओळख करून घेण्यास मनुष्यास समर्थ करणे होय.

(३६) झाडे सकाळी ४ ते ६ च्या दरम्यान जलद वाढतात असे आढळून आले आहे.

(३७) दिव्यांत तेल घालताना तैलपात्रात एक लहानसा कापराचा तुकडा टाकावा म्हणजे त्यायोगे प्रकाश चागला पडतो व ज्योतही घसघशीत दिसते.

(३८) १ पौड वजनाच्या वुचाच्या आधारात साधारण उचीचा माणूस पाण्यात सहज तरंगू शकतो.

(३९) विमानात बसून १ मैल उचीवर गेल्यास माणसाच्या दृष्टीच्या टप्यात ६०० मैलांचा प्रदेश यतो.

(४०) लोखंडाच्या शेगडीस आतून मातीचा थर दिल्यास कोळसे कमी लागून तेवढी आचही फुकट जात नाही.

(४१) ८ घनफूट वर्फापासून १ घनफूट पाणी मिळते.

(४२) चागल्या दुधात ७७ भाग पाणी, ४ भाग चरबी, ५ भाग साखर, ३ भाग केसिन, ७ भाग क्षार व ३ भाग अल्बुमिन असते.

(४३) लिंबे थड पाण्यात घालून ठवली असता पुष्कळ दिवस टिकतात.

(४४) दर ६ माणसापैकी ४ माणसे तंबाखू खाणारी अगर ओढणारी असतात.

(४५) लोखंडी नटाचा १ आटा २१ टन ओझे सावरू शकतो.

(४६) साधारणपणे एका सदऱ्यास २१००० टक्के असतात.

(४७) एक्सप्रेस गाडीच्या इंजिनास १ मैल जाण्यास १२० गॅलन पाणी लागते.

(४८) पृथ्वीवरील लोकसंख्या २६० वर्षांत दुप्पट होते.

(४९) लाकडाच्या भेगा वुजविण्यास कळीचा व उडदाच्या डाळीचें पीठ यांचे मिश्रण थोड्याशा पाण्यात भिजवून व त्यात बेल तेल टाकून नीट मळावें व लगदा करून तो भेगात भरावा.

(५०) हस्तिदंत साधण्यास आयसिंग ग्लास (शुद्ध शिरस) पाण्यांत घालून फुगवावा व जलपात्रांत त्रितळून त्यात कोब्रडीच्या अड्याचा पाढरा

(१८१) मानवी स्वभाव कधी बदलत नाही, तो त्रिकाल आहे तसाच आहे.

भाग समभाग मिसळावा व हे मिश्रण कुचल्याने हस्तिदताच्या तुकड्यांना लावावे.

(५१) कपडे करण्यासाठी कापड वर्षातून फार तर दोन वेळां घ्यावे असा नियम ठेवावा त्यामुळे कपडे वापरणाऱ्यांच्या मनावर एक प्रकारचा दाब राहून कपडा बेताने व व्यवस्थित वापरता येतो.

(५२) बिनखळीची लुगडी उत्तम, मीठ व पेज दिलेली खादी वाईट. मांजरपाट बिनखळीचा आहे की नाही हे ओळखण्यास कापडाचा एक कोपरा पाण्यात भिजवून पिळून घासावा, खळ निघून गेली म्हणजे कापडाची खरी परीक्षा होते. चागला मांजरपाट पिवळट रंगाचा असतो.

(५३) हरक व मलमल यातील कृत्रिम तकाकी कापड दोन बोटात धरून घासले तरी एकदम वळून येते.

(५४) बॅल्न्स स्टाफच्या दोन्ही कडाना गंज चढल्यामुळे वरीचशी घड्याळे मधून मधून बंद पडतात. अशावेळीं घड्याळ खोलून समभाग रॉकेल व खोबरेल या तेलाने 'ऑईलिंग' करावे. त्याकरिता वॉटर कलर पेटिंगचा मऊ केसाचा ब्रश वापरावा. मनगटावरील घड्याळांकरिता अधिक पातळ तेल लागते म्हणून २ भाग रॉकेल व १ भाग खोबरेल तेल वापरावे. विशेष कारण नसता बंद पडलेली ७० टक्के घड्याळे चालू होतात.

(५५) शे. ४० फुलें पाढ्या रंगाची असतात.

(५६) तांब्याची भांडीं ऑक्झॅलिक ॲसिड थोडेसे पाण्यात मिसळून त्यात भांडी कांही वेळ बुडवून ठेवावीत व नंतर घासावी; गजलेली भांडी खूप स्वच्छ होतात.

(५७) पितळी भांडीं लाकडाच्या ओल्या राखेने स्वच्छ निघतात; तसेंच चिच व मीठ अगर लिबू-मीठ लावूनहि लख्ख निघतात.

(५८) लोखंडी भांडी गंज चढू नये म्हणून चुना (चूनकळी विरवून तयार केलेला) लावून ठेवावीत, म्हणजे कित्येक महिने उपयोगात न आणतांही स्वच्छ राहू शकतात.

(१८२) नुसते भराभर वाचून सांठत जाणारे ज्ञान फळहीन वृक्षाप्रमाणे होय.

(५९) हळदीचे चूर्ण व टांकणखाराचें चूर्ण दिव्याच्या वातीत घालून दिवा पेटवल्यास ज्योत केशरासारखी लाल दिसते.

(६०) दगडावर विस्तव ठेवून लाल झाल्यावर वरून जर चुन्याचें पाणी टाकलें तर दगड फुटतो.

(६१) अड्यातील पाढरा बलक व फटकी यामधें वात भिजवून मिठाच्या पाण्यातून बाहेर काढल्यास वात जळत नाही.

(६२) तादुळाच्या डव्यात आळ्या झाल्यास अगर होऊ नयेत म्हणून तादुळात थोडेसे बिम्बे अगर वेखडाचे तुकडे ठेवावेत.

(६३) कपड्यावर पडलेले डावराचे डाग काढण्यास कापसाचा बोळा निलगिरी तेलात बुडवून डागावर घासावा व थोडा वेळ तसाच राहूं द्यावा. नंतर कपडा धुवावा. डाग जातो.

(६४) शिकेकाईच्या वियाची पूड पाण्यात टाकून रंगीत पातळे जर त्यात घातली तर धुताना ती स्वच्छ व झुळझुळीत राहून त्यांचा रंग जात नाही.

(६५) बॅटरीतल्या मसाल्यावर सायकलच्या ट्यूबचा तुकडा बसविल्यास बॅटरीवर हवेचा कमी परिणाम होऊन ती जास्त दिवस काम देते.

(६६) चड्डीत अगर लेग्यात नाडी घालण्याकरितां किल्लीचा उपयोग केल्यास सुलभ जाते, किंवा सेपटी पीनही काम देते.

(६७) पावसाळ्यात छत्र्याच्या तारा गजू नयेत म्हणून तारांवर-विशेषतः साध्याच्या जागी थोडे व्हॅसलिन चोळावे.

(६८) कुडीत लावलेल्या फूलझाडाचे कोब चिमण्यानी खाऊं नयेत म्हणून कबूतराची अथवा कावळ्याची ५।६ पिसे एकत्र करून बांधून ठेवावीत.

(६९) अगास लावण्याच्या साबणाची कागदी वेष्टने कपड्याच्या पेटीत टाकून ठेवल्यास कपड्यांना एक प्रकारचा मोहक सुगंध येतो.

(७०) घरातील फर्निचरला स्वस्तात पॉलिश करण्यासाठीं जळलेल्या मेणबत्तीचे उरलेले तुकडे वितळवून टर्पेटाईनमध्ये टाकून मग फर्निचरला पॉलिश द्या.

(१८३) चित्र काढणे हा पोरानाचा खेळ आहे, पण थोरानें कौशल्य आहे

(७१) टेबलटेनिसचा चेपलेला कचकड्याचा चेडू थोडा वेळ गरम पाण्यांत ठेवल्यास त्याचा चेप तावडतोव निघतो.

(७२) पिळलेले लिंबू फेकून न देता आंधोळीच्या वेळेस त्याची फोड आंतील बाजूने चेहऱ्यावर घासल्यास चेहरा तजेलदार बनतो.

(७३) सर्कशीतल्या तंबूस साधारणपणे १८ हजार वार कापड लागते, एकंदर ६ तुकडे मिळवून मध्यभागी २४० फूट उच असलेला तंबू तयार करतात.

(७४) रबर बनविताना त्यात गंधकाचे प्रमाण ३० ते ४० टक्के ठेवले तर व्हल्कनाईट किंवा अबोनाईट हा अतिशय कठीण पदार्थ तयार होतो.

(७५) पडित नेहरूच्या नोकरवर्गापैकी ९५ टक्के नोकर मुसलमान जातीचे आहेत.

(७६) मुलाचा अगर आज्ञ्याचा चहा करण्याकरिता किटलीत चहाची पूड टाकून त्यावर उकळलेले दूध कढत कढत ओतावे, ३ मिनिटेपर्यंत झांकण ठेऊन नंतर पेल्यात ओतून साखर घालून घ्यावा.

(७७) आरसे साफ करणे झाल्यास खडूची पाण्यात कालवलेली पूड व थोडासा प्रवाही अमोनिया या मिश्रणानी आरसा सारवावा, हे मिश्रण आरशावर साफ सुकले म्हणजे पांढऱ्या स्वच्छ फडक्याने नीट पुसून काढावे.

(७८) सुगंधीत कागद तयार करण्यास सुगंधी द्रव प्रथम टिपकागदावर शिपडून व बरेच वजन ठेऊन टिपकागद सुकवावा. नंतर हा टिपकागद दुसऱ्या कागदाच्या पोटात घालून वरून दडपण ठेवावे म्हणजे त्या कागदास सुगंध येतो.

(७९) ताक करण्याची सोपी रीत म्हणजे ज्या बरणीत ताक करायचे असेल तीत अगदी कढत पाणी घालून रवीही त्यांत बुडवा, मग विसळल्या सारखे करून ते पाणी टाकून द्या. विरजण बरणीत ओतून, गार अगर क त पाणी न घालता ते विरजण रवीने घाटल्यासारखे करा म्हणजे पातळ होईल आणि मग घुसळायला सुरुवात करा. थोड्याच वेळात रवीभोंवती लोणी जमायला सुरुवात होईल. मग जरासें घट्ट लोणी झाल्यावर रवीवरून

(१८४) ज्याच्या जीवनात धडपड चालू असते त्यालाच आशा असते.

गार पाणी आंत ओता व रवी काढूनच ठेवा. थोड्या वेळाने घट्ट लोणीं झालेले दिसेल. रवीवर व बरणीत प्रथम कढत पाणी घालून घेतल्याने त्यांना लोणी बिलकूल चिकटणार नाही. दूध विरजताना प्रथम भाड्याच्या तळाची व कडेची साय खरडून घ्यावी.

(८०) मूळ ३ महिन्यांचे होईपर्यंत त्यास बसविण्याची खटपट करू नये.

(८१) अति कडक चहा पिण्यापासून डोक्याला टक्कल पडते, असें शास्त्रज्ञांचे मत आहे.

(८२) डोळे मिटले असता पुष्कळवेळा स्पष्ट ऐकू येते.

(८३) डोळ्यात कुठल्याही पदार्थाचा कण गेल्यास एरंडेल तेलाचा एक थेंब सोडावा.

(८४) गूळ, साखरेच्या डव्याची झाकणे सैल असल्यास त्यातून मुग्या शिरतात म्हणून झाकणे घट्ट नसल्यास त्याच्या तळाना तसेच झाकणाखाली गोड्या तेलाचे बोट लाऊन ठेवावे.

(८५) केरसुणी जमिनीवर न ठेवता खिळ्यास टागून ठेवावी. नवीन घेतल्यावर पुन्हां एकदा ती चागली बाधून घ्यावी, व जमिनीवर ठेवण्याची झाल्यास मुठीची बाजू खाली करून ठेवावी.

(८६) विड्याच्या पानास खाण्याचें गोडे तेल लावून दिव्याजवळ ठेवल्यास दिव्याभोवतालचे किडे पुष्कळच कमी होतात.

(८७) जखमा झाल्यावर आतून रक्त वाहू लागतें, हळद न मिळाल्यास ताडुळाचे पीठ चोळल्यानेही ते बंद होते.

(८८) चाकूचे पाते साफ करणे झाल्यास विटेची पूड घेऊन कच्च्या बटाट्याने ते घासावे, चागले स्वच्छ होते.

(८९) भाताला कढ आल्यावर त्यात लिंबाचा रस टाकल्यास भात अगदी मोगऱ्याच्या कळ्यासारखा शुभ्र होतो.

(९०) उत्तम बागायती जमिनीपेक्षा गवती-कुरणांत १ हजार पटीनें उत्तम माती व ३०० पटीने पाणी आढळतें.

(९१) चिनी मातीच्या फुटक्या भांड्यास साधण्याकरितां बिलोरी

(१८५) आळस इतका सावकाश प्रवास करतो की, दारिद्र्य त्यास ताबडतोब गांठते.

कांच कुटून बारीक भुकणी करून त्या भुकणीस कोंबडीच्या अंड्यातील पांढरा बलक मिळवून ते लोण्याइतके घट्ट करावे व मग फुटक्या बाजूच्या आंतील वाजूस लावून दोन्ही तुकडे एकावर एक ठेवून साधा जोडावा. नंतर सुतळीने बाधून सुकेपर्यंत तसेच ठेवावे व मग उपयोगात आणावे.

(९२) खोबऱ्याचे तेल थिजू नये म्हणून त्यात थोडासा नवसागर टाकला असतां (१ शेर तेलात १। मासा) तेल थिजत नाहीं.

(९३) ग्रामोफोनच्या रेकाॅर्डचे फुटके तुकडे उकळत्या पाण्यांत भिजवावेत. त्यातील लाख मऊ झाल्यावर साच्यात दावून तिला हवा तो आकार द्यावा. त्याप्रमाणे फुलदाणी, बशा, स्ट्रायकर्स, नावाचे बोर्ड वगैरे जिन्नस बनवितां येतात.

(९४) मोठ्या माणसाच्या पॅन्टस् फाटल्या म्हणजे त्याच्या दोन पायाचे घोळ फाडून चागल्या पिशव्या बनविता येतात, तसेच चादरी फाटल्या म्हणजे त्यांना लहान चौकोनी आकार देऊन त्याचे टॉवेल्स (नॅपकिन्स) बनविता येतात.

(९५) चहाच्या गोळ्या . ५ शेर गाईच्या दुधांत १॥ शेर पाणी व वजनाने १२ औंस चहा टाकून हे मिश्रण मदाग्निवर कढवावे व नंतर खाली उतरून १॥ शेर साखऱ्या घालावा पुन्हा विस्तवावर ठेवावे, घट्ट झाले की साच्यात वड्या पाडव्यात. चहाच्या वेळी गरम पाण्यात वडी विरघळवली की उत्तम चहा तयार होतो.

(९६) परकर, उशाचे अभ्रे, टेबल क्लॉथ यावर विणलेली डिझाईन्स कपडे फाटल्यावर निरोपयोगी होतात, ती कापून ठेवून गडद रंगाच्या पिशवीवर पंचवर्कप्रमाणे बटनहोलच्या टाक्यानी भरावीत म्हणजे पिशव्या आकर्षक दिसतात, तसेच पुष्कळ वेळा पोलकीं, चागल्या कापडाचे शर्ट' बुशकोट, कॉलरवर अगर खाद्यावर फाटल्यामुळे निरोपयोगी होतात, अशा कपड्यातील धड असा चौरस भाग कापून त्याचे रुमाल तयार करावेत.

(९७) तुरटीच्या ३ भाग भुकटीत पाढऱ्या मिरीची ३ भाग पूड मिसळून पुस्तकास वर्षातून एकदा लावावी म्हणजे कधीहि कीड लागणार नाही.

(१८६) दारिद्र्य हे दुःखाचे कारण नाही, मनुष्य मनाने श्रीमंत पाहिजे.

(९८) आवळे टिकविण्यासाठी मिठाचे संपृक्त द्रावण (Saturated Solution) करून ते (गरम करून) काचेच्या बरणीत ओतावे. त्यात आवळे टाकून झाकणाने तोंड बंद करावे, अगून मधून बरणीस ऊन दाखवावे. असे बरणीतले आवळे ३।४ महिने उत्तम स्थितीत टिकू शकतात.

(९९) मधुमेहावर खात्रीचा उपाय आयुर्वेदात सांगितला आहे. (१) आवळकाठी व हळद यांचे समभाग चूर्ण करून ते मिश्रण दिवसातून ४ वेळां घेणे. (२) कडुनिंबाचा पाला व काळे मिरे वाटून त्याचे सरबत पहिले १० दिवस घेणे. (३) भाकरी व मेथीचे बरण हा आहार घेणे (४) रोज नियमाने ३।४ मॅल चालणे व (५) दुपारी झोप न घेणे. हे पाच नियम व्यवस्थित पाळल्यास मधुमेह खात्रीने बरा होतो असा अनुभव आहे.



(१८७) कोणाशीहि बोला; पण थोडक्यांत बोला.

शब्दांची घोडचूक

(१) भिकार आशावादी वाङ्मयापेक्षा उमरखय्यामच्या बाया सहस्र-पटीने श्रेष्ठ ठरतात.

(२) एक शीर्षक-पाकिस्तान परदेशांतून ४ कोटांचें कापड खरीदणार.

(३) आमचेकडे उत्तम सायकल दुरुस्त करून मिळेल.

(४) जगज्जेता नेपोलियनचें २ कोटी रुपये खर्चून तयार केलेले सप्तरंगी सिनमास्कोप चित्र.

(५) इग्रजी हा सवतीचा विषय म्हणून ठेवण्यात येणार नाही, असें त्यानी वार्ताहराजवळ सांगितले.

अशा म्हणीना काय म्हणतात बुवा !

(१) तुका म्हणे भोग सरे, पास होती रद्द पोरें

(२) निवडणूक सरो आणि मतदार मरो !

(३) लाव पावडर आणि हो गोरी.

(४) तरुण बुडतो पैशानिशी आणि प्रेयसी म्हणते वात्रट

(५) शीर सलामत तर दरदिन हजामत.

(६) राखावें मऱ्याचें अंतर, वशिला लागे तदनंतर.

(७) निवडून आला तरी विजय आणि पडला तरी नैतिक विजय.

(८) पोरी तितक्या फॅशनस

(९) रिकामा मंत्री, उद्घाटन करी.

(१०) व्याख्यानाला उभे राहिले म्हणजे थापा सुचतात.

(११) पट्टेवाला चिरीमिरीला राजी.

(१८८) ज्याला आपल्या अज्ञानाची अखंड जाणीव आहे, तो ज्ञानी होय.

- (१२) मंडईत 'अगाला' 'अंग' लागणारच.
 (१३) आपलेच सरकार, आपलेच काळावाजारवाले.
 (१४) न्हाव्यावर रुसला, जंगल वाढवून वसला.
 (१५) दारूची तहान हातभट्टीवर
 (१६) झाकली मूठ चणे-कुरमुऱ्याची.
 (१७) मुलीची करणी, गालावर चप्पल.

शब्दकाव्य

- (१) तिच्या जिवणीच्या फाटकातून स्मिताचे एक लहान बालक डोकावले.
 (२) त्याचे केंस त्याच्या वयाची चुगली करीत होते.
 (३) ती हसू लागली की, तिच्या गालावर खळी पडत असे आणि मग त्या खळीत हसू पडून रहात असे.
 (४) सकाळचे ७ वाजले आणि ◆◆◆ नभोवाणीने वरण शिजत लावले.
 (५) इराणी हॉटेलवाला कौटरमाणे गल्ला खाजवीत उभा होता.
 (६) आता काळोख अगणात उरतला आणि तेथील खाचाखळग्यातून भरून वर आला.
 (७) घड्याळाचा काटा नेहमीं शर्यतीच्या घोड्यासारखा धावत असतो; पण आज इथ तो कसा ओझ लादलेल्या वडाराच्या गाढवासारखा उभा आहे.
 (८) समुद्राच्या इवल्याशा खडकाच्या लहान कपारीत शिरून कुजबूज करीत होत्या.

(९) उतरत्या पाटावर निवडावयास घेतलेल्या मोहरीप्रमाणे मुलें शाळा सुटल्यावर सैरावैरा पळत होती.

आजकालचे शब्दार्थ

- (१) विवाहसंस्था—दोन जीवाचें वेल्डीग करण्याचा कारखाना.
 (२) वैद्यकशास्त्र—नसलेल्या व्याधि निर्माण करणारे शास्त्र.

(१८९) नक्कल करू नका, अनुकरण करा; त्यांत तुमचें वैशिष्ट्य राहिल.

(३) मानसशास्त्र--असलेल्या व्याधि जास्त प्रमाणात करण्याचे शास्त्र.

(४) कुशाग्रबुद्धि--(कुश-गवत, अग्र-टोक) दर्भाच्या किंवा गवताच्या टोकावर मावेल एवढी अल्पशी बुद्धि.

(५) विदुषी-विदुषकाची बायको.

(६) बद्धपरिकर-जिने परकर वाधला आहे (म्हणजे नेसला आहे) अशी मुलगी

(७) विधिमडळ-जेथे 'हात वर करणे' एवढाच 'विधि' फक्त करायचा असतो ती जागा.

(८) म्हातारपण-तरुणीच्याकडे अधिकारदृष्टीने पाहण्याचें वय.

(९) चुबन-पैसे खर्च न करिता मिळणारी साखर.

(१०) धक्का-जो बायकानी पुरुषाला मारला तर मेहेरवानी समजली जाते व पुरुषानी बायकांना मारला तर विनयभंग होतो.

लहान मुलांचे कांहीं यक्ष-प्रश्न

(१) माणसाला शिगे का नसतात ?

(२) कांखेत केस कशाला असतात ?

(३) दोन वाजूला दोन कान काय करायचे आहेत ?

(४) काळ्या कोवडीला पाढरे अंडे कसे होते ?

(५) पोपटाचा रंग हिरवा का ?

(६) बाबाना मिशा आहेत, तशा आईला कां नाहीत ?

(७) बेंडूक उन्हाळ्यांत कोठे जातात ?

(८) माणसाला अडे का होत नाही ?

(९) आकाशात किती तारे असतात ?

(१०) लहान मुलांना मुल का होत नाहीत ?

(११) देवाच्या घरीं पोचायला किती ग दिवस लागतात ?

(१२) आई, मला लहान भाऊ लवकर का होत नाहीं ?

(१९०) ज्याच्यावर कधी संकटें येत नाहीत त्याची कधीच प्रगति होत नाही.

(१३) अक्का, तुला चड्डी नि परकर कशाला ग हवा ?

(१४) आई, झोपताना उशाशी पाण्याचा तांब्या का ग ठेवतेस दररोज ?

थोडक्यांत सारं !

(१) कोणतीही गोष्ट उसनवार देण्यापेक्षां नुसतीच देऊन टाकणे चागले, कारण शेवटी दोघाचा परिणाम एकच होत असतो.

(२) या यत्र-युगात कोणत्याही गोष्टीवर बटण दाबून नियंत्रण ठेवता येते ही एक चागली गोष्ट आहे...फक्त मुले सोडून.

(३) गेल्या सुमारे ३५०० वर्षांच्या कालात फक्त ३२३ वर्षे सपूर्ण शांततेची अशी गेली, याच मुदतीत सुमारे २५० शातता तहावर सह्या झाल्या आहेत.

(४) हल्लीच्या जगात लेखकानं प्रकाशक होऊं नये, पुरुषांनीं स्वयंपाक करूं नये, नोकरीवाल्यांनं धदा करूं नये, शहाण्या माणसान घर बाधू नये, निवडणुकीत मत कोणाला देणार ते सांगू नये, बाबा-लोकाच्या पालन-वाल्यांनं राजकारणात पडू नये आणि सुंदर मुलीला शिकविण्याचा प्रयत्न करूं नये.

(५) देह असतांना आत्मा जो परिणाम करू शकत नाही त्यापेक्षा कित्येकपटीने अधिक परिणाम देह गेल्यावर तो करूं शकतो. मोठे आत्मे देह सोडल्यावरच अधिक बलवान बनतात.

(६) हे पंगु मनुष्या; तुला दुसऱ्यांच्या घरी जावे लागत नाही (जाता येत नाही) म्हणून तू धन्य आहेस, हे अधा. धनाने उन्मत्त झालेल्या लोकाचे जोडे तुला पाहावे लागत नाहीत म्हणून तू धन्य होय, हे मुक्या, तुला मूर्ख, दुष्ट अगर कंजुष माणसाची स्तुति करावी लागत नाहीं म्हणून तू धन्य आहेस; हे बहिऱ्या, दुष्ट लोकाचे बोलणें तुला ऐकावें लागत नसल्यानें तू खरंच भाग्यवान् आहेस ! किती मार्मिक कल्पनारम्यता !

विश्रांतिदिन

रविवार----ख्रिस्ती लोकांचा

सोमवार----ग्रीक ,,

(१९१) सत्तेच्या आत्यंतिक केंद्रीकरणामुळे वैयक्तिक स्वातंत्र्याचा नाश होतो.

मंगळवार----इराणी ,,
 बुधवार----असिरियन ,,
 गुरुवार----इजिप्शियन ,,
 शुक्रवार---तुर्की व मुस्लीम ,,
 शनिवार----ज्यू ,,

पुढील हिशोबाचें उत्तर द्या

(१)

वर्षभर काम केल्यावर पगार-वाढीकरता एका नोकराने अज केला, परत त्याला साहेबाचे पुढील उत्तर आलें : ऑफिसची वेळ १०।। ते ५।। व मधें १ तास सुट्टी म्हणजे कामाचे तास ६ होतात, दिवसाचा १/४ भाग काम या हिशोबाने ३६० दिवसापैकी ९० दिवस काम केलेस. यापैकी प्रत्येक रविवारी सुट्टी होती, म्हणजे ५१ रविवार कामाविना गेले. म्हणजे ९०-५१ = ३९ दिवस फक्त काम झाले, शनिवारीं अर्धा सुट्टी, म्हणजे २५ दिवस काम झालें नाहीं, म्हणजे ३९-२५ = १४ दिवस काम झालें; य शिवाय सरकारमान्य रजेचे १८ दिवस गेले म्हणजे काम न करता ४ दिवसाचे पैसे फुकट मिळालेले आहेत; तरी पगारवाढीची भाषा केल्यास हे ४ दिवसाचे फुकटचे पैसे वसूल करून घेण्यात येतील.

(२)

बापूसाहेब बँकेतून ११५ रु.च्या कोऱ्या नोटा घेऊन बाहेर पडले. प्रथम त्यांना ४० रु. घरभाड्याचें दिले; उरलेल्या नोटा ७५

नंतर

४६ रु. वाण्याचे दिले, उरलेल्या नोटा २९

नंतर

१९ रु. शिंप्याचें बिल दिले; उरलेल्या नोटा १०

व शेवटीं

१० रु. अंकाचे उसने घेतले ते दिले; उरलेल्या नोटा ०

 ११५ एकूण नोटा

 एकूण नोटा ११४

(१९२) दुबळेपणाचे विचार हटकून माणसास अपयशांत दरीत लोटून देतात.

हा एक रुपयाचा फरक का यावा हें पुष्कळ विचार करूनही बापूसाहेबांना कळना.

आणखी कांहीं व्याख्या

(१) संयमी—सुखापासून स्वतःला दूर ठेवण्याच्या मोहाला बळी पडणारा दुबळा माणूस.

(२) यश—आपल्या सहकाऱ्याचा एखाद्याने केलेला अक्षम्य अपराध.

(३) परिचय—एखाद्याकडून उसने आणण्याला आवश्यक असलेली पण त्याला उधार देण्यास पुरेशी नसलेली ओळख.

(४) लग्न—एक संस्था, एक मालक, एक मालकीण, दोन गुलाम, पुन्हा एकूण सर्व मिळून माणसें दोनच.

(५) स्तुति—जी सज्जनाना आवडत नाही व जिला दुर्जन आवडत नाही अशी स्त्री.

(६) कारकून—सतत लिहिण्याचें ढोंग करणारा इसम.

(७) दुसरे लग्न—अनुभवावर आशेनें मिळविलेला विजय

(८) टीकाकार—वाचणाऱ्याच्या डोक्यांतील अगोदरचा गोघळ जो आपल्या लेखणीने आणखी वाढवितो असा सभ्य लेखक.

(९) चैन—चरितार्थपिक्षां जास्त प्राप्त झाल्यानंतर केलेली आवश्यक गोष्ट.

(१०) मुत्सद्दीपणा—मोठ्याचें खोटे बोलणे.

प्रतिभेची प्रभा

(१) पायात घुटमळणाऱ्या प्रकाशाला त्यानं दार बंद करून आंत कोबलं आणि मनांत जळजळणाऱ्या काळ्या नागावर झांरुण टाकल.

(२) काळाच्या हातातील अवकाशाची बाटली हिदकळली आणि त्यातील जहरी वीष अंगावर पडल्याने त्याच्या आत्म्याच अगदी पाणीच पाणी होऊन गेलं.

(१९३) रिकाम्या चवकशा म्हणजे जागेपणाची स्वप्नें.

(३) थोड्या वेळानं अवकाशाच्या कोपऱ्यांत चादण्याच दूध कुणीतरी ओतलं.

(४) रेशमी वस्त्र उलगडावें तसें ऊन हळु हळू उलगडू लागलें, निःशब्द हवा आवाजानें मोहरली.

(५) फुलांभोंवती गंध घोटाळावा त्याप्रमाणें घरांच्याभोवती हुरूप घोटाळत होता.

(६) खिडक्याच्या ओठावर गीतांतले रेशमी आलाप रेगाळू लागले.

(७) तापलेल्या कांचेवर पाण्याचा थेंब पडल्यावर ती तडकते तसे त्या आवाजामुळे हवेचे भिग तडकू लागले.

(८) पाण्यावरचा फेस विरून जावा, त्याप्रमाणे हवेतला गलका हळुहळू विरून गेला.

(९) हवा प्रसन्न होती, रेडिओंतील स्वराची फुलपांखरे पुन्हां उडू-बागडू लागलीं होती.

(१०) काळोखाने चराचराला वेढून टाकले व काळोख हळुहळू बर्फा-सारखा गोठू लागला.

तऱ्हेवाईक उत्तरे

(१) लेमोनेड आपण नळीने पिऊ शकतो; कारण नळीला भोक असतें.

(२) किमोना हे जपानमधील एका मुलीचें नाव आहे.

(३) 'शाकुतल' हे नाटक 'शकुतला' नावाच्या एका पतिव्रता स्त्रीनें लिहिले आहे.

(४) शेतांत पेरतात ती हुडी व घोगडीला लागते ती कसर; हा हुंडी व कसर यातील फरक होय.

(५) ज्यात 'फुस्फुस' असा आवाज निघतो त्याला फुप्फुस असे म्हणतात.

(६) अंदमान बेटांत मलेरियाची हवा आहे; कारण तेथील घराना दारें व खिडक्या नाहीत.

(१९४) आवांक्याबाहेर कोणाचें अनुकरण केले की फट-फजिती निश्चित होते.

शद्धांची किमया

- (१) वधु पाहिजे (एक जाहिरान)—शीलवान विधवा मराठा वरास.
- (२) मयतास सिव्हिल हॉस्पीटलमध्ये दाखल केलें; परंतु ४ तासांतच त्याचें प्राणोत्क्रमण झालें.
- (३) आज सकाळी ११ वाजता त्याची प्रेतयात्रा निघून लडकी पूल दहनभूमीवर त्याचा अंतविधि उकरण्यात आला.
- (४) २५ वर्षापूर्वीच तो पोट भरण्याच्या निमित्तानें या भागात आला व यथें विष्णु मिलमध्ये नोकरीस लागला. त्याचा विवाह यथेच आला. आत्तापर्यंतची सर्व बाळतपणे यथेच झाली.
- (५) मालाची किरकोळ व ठोकवद विक्री चालू आहे, तरी आमच्या स्टॉलला भेट देऊन सबतीचा फायदा घ्यावा अशी विनंति आहे.
- (६) १४० फूट वजन असलेल्या माणसाच्या अंगांतील चरबीपासून सावणाच्या ७ वड्या सहज तयार होऊं शकतील.
- (७) कोरेगाव तालुक्यांतील रणदुल्लाबाद गावानें सुमारें अडीच मैल रुंदीचा रस्ता गावापर्यंत तयार केला.
- (८) कोट घातलेले उपराष्ट्रपति सहास्य वदनाने विमानाबाहेर आले, त्या प्रसंगी वडबडे सरकारी अधिकारी विमानतळावर हजर होते.

पूर्वीच्या स्त्रियांचे कांही उखाणे

- (१) पुण्याच्या गणपतिपुढे माजलं केवड्याच रान ० ० ० ० पतांना दरबारात मिळालं मानाचं पान ॥
- (३) सवाकोस पसरला आंगरख्याचा घोळ । ० ० ० ० पंतांचं अक्षर जशी मोत्यांची ओळ ॥
- (४) गणेशाच्या प्रेमान सगळी विघ्न पळतीं । ० ० ० ० पताच प्रेम पाहून सवती मनांत जळती ॥
- (५) चंदनाचा पाट त्याला सोन्याची चूक । ० ० ० ० रावांच्या हातीं इंग्रजी चौथीचं बूक ॥

(१९५) मानवांवर येणारीं संकटे, अडचणी, अडथळे बुद्धीच्या विकासानें पुष्कळशी टाळतां येतात.

- (५) देशाचे पुढारी लागले स्वराज्याच्या नादी ।
 ० ० ० सूट द्या टाकून वापरा आता खादी । ।
- (६) सत्य अहिंसा बापूंचे गिरवा घडे ।
 ० ० ० रावाच नाव घेते एका बाई गडे । ।
- (७) समूर होता कोनाडा त्यात होती खारीक ।
 ० ० ० राव माझ्या पेक्षावी बारीक । ।
- (८) (सोवळ्या किवा विधवा बाईने घेतलेला उखाणा)
 देवापुढे लावली उदबत्ती । ।

ते गेले वरती मी राहिले खालती

वाचकाचें सपादकाला पत्र

“ मी गेल्या वर्षी आपल्या मासिकाची वर्गणी पाठविली असता आपण लिहिले होते की, मासिक पसत नसल्यास पैसे परत पाठवू, तेव्हा मी आपणास असे कळवू इच्छितो की, आपले मासिक मला पसत नाही व माझे पैसे मला परत हवे आहेत, तरी शक्यतो लवकरच पैसे पाठविण्याची तजवीज करावी.

ता. क. पैसे लवकर पाठविण्याचे आपले श्रम वाचवावेत एवढ्यासाठी मी हे नमूद करू इच्छितो की, माझे पैसे आपणाकडेच अमू द्यावेत व त्या-एवजी चालू वर्षांचे अक पाठविण्याची कृपा करावी.

आपला विनम्र वाचक ० ० ०

माझा बाळ्या

बाळ्या मला आवडतो अतीच । आई अशी शोभत त्यास मीच । ।
 त्याचे जरी कौतुक मी न गाई । त्या शाहणा कोण म्हणेल बाई ॥१॥
 रडोनि करी नित्य आकात जेव्हा । न जाऊ शके त्यापुढे कोणी तेव्हा ॥
 उगी बोलता आपटी पाय डोके । डसे बोलले मारि तैसाच थुके ॥ २ ॥
 हट्टी द्वाड बहु खट्याळ भारी । घे चिमुखडे दे शिवी लाथ मारी ॥
 कोणा न एके न बसे उगाच । माझा तसा बाळ पराक्रमीच ।३॥

(१९६) विचार, अभ्यास व प्रयत्नानें मनाच्या जिज्ञासेची भूक भागवितां येते.

शेवूड नाकी पिचकेच डोळे । जातां करूं स्वच्छ भूईस लोळे ॥
 पोटावरी ओघळतेच लाळ । गोजीरवाणे किति सागू बाळ ॥४॥
 भरी ठेपशे माती तैशी मुखात । किडे, डोगळे माशी वेचून खात ॥
 शिका स्पष्ट वाकुल्या छान दावी । किति गोष्ट एकेक त्याची वदावी ॥५॥
 इति स्वपुत्र आख्यान समाप्तम् ।

कल्पनेचें काव्य

(१) गाडी प्रकाशाच्या करवतीनें काळोखाचें पोट चिरीत वेगानें निघाली होती.

(२) पलीकडच्या माळरानावरून एकट्याच भटकत असलेल्या रस्त्यास पिंपरीच्या झाडानीं दुतर्फी सोबत देऊन शहरापर्यंत पोहोचवलें.

(३) काही माणसे शात झोपली होती, स्वप्नांच्या नाजूक फुलपाखरा-मागे, पाय न वाजवितां हिडत होती, काही माणस संत्रस्त होती, बिघडलेल्या रेडिओसारखी ती घोरत होती; ते घोरणे एखाद्या राठ काबळ्यासारखे अंधाराच्या डोक्यावर पडत होते.

(४) घराभोवती मुन्नपणाचे कुंपण पडले, सकाळीं ऐकलेलें सगीत त्या घरांच्या आठवणीत तरळ लागले.

(५) रात्री पहारा देणाऱ्या गुरख्याच्या बुटाचा टक्टक आवाज सुतार पक्षासारखा कदबाच्या वृक्षावर चोच आपटीत होता.

व्याख्याच व्याख्या

(१) अदाजपत्रक—पैसा खर्च झाल्यावर चिंता करायची सोडन आधीच चिंता करायचा प्रकार.

(२) अनुभव—सभ्य शब्दात मांडलेल्या आपल्या चुका.

(३) मोह—जो आवरला असता आपण सुखी होतो, पण न आवरला असता त्याहून अधिक सुखी होतो.

(४) शेजारी—तुमच्या स्वतःपेक्षा ज्याला तुमच्या अधिक गोष्टींची खडान् खडा माहिती असते तो.

(१९७) गृहिणी तेजस्विनी असेल तर गृहस्थाचा पुरुषार्थ पराक्रमी होतो.

- (५) सुखवस्तु—वस्तुस्थितीत सुख मानणारे.
- (६) देशभक्त—जो देशावर प्रेम करतो व त्या मोबदल्यात आपलें घर भरतो तो.
- (७) वक्तृत्व—मिनिटा दोन मिनिटांत सांगून संपणारी कल्पना २ तास घोळविणे.
- (८) शहाणपण—एखादी गोष्ट करून झाल्यावर ती न करण्याची रुखरुख.
- (९) सामान्य माणूस—आपल्याखेरीज दुसरा कोणीही.
- (१०) भावगीत—लिहिणाऱ्यास आणि गाणाऱ्यास ज्यामुळे 'भाव' मिळतो ते गीत.
- (११) फॅशन—शिंप्याच्या हातून चुकून झालेला बदल.

एके काळचे सिद्धांत

- (१) पल्लेदार घेरा व चक्रीदार पागोटें—डोक्यात ज्ञानभाडार अगदीं कमी.
- (२) घोळदार सदरा व तगदार जाकीट—अंगात शक्ति मुळीच नसणे.
- (३) कल्लेदार मिशा व कमानदार भुवया—स्वाभाविक सौंदर्याच्या मानाने पूज्य.
- (४) ऐटदार चालणे व कुरेंदार बोलणे—ब्रह्मदा मेघपात्र असतो.
- (५) अणीदार जोडा व पट्टीदार धोतराच्या निऱ्या—छाकटा बनत असल्याची खूण.
- (६) भपकेदार पोषाख व ठसकेदार हावभाव—घरी खाण्याची भ्रांति आहे असे नक्की समजावे.

नवलविशेष

- (१) आईस बॅग व स्त्री दोन्ही पुरुषाच्या डोक्यावर बसतात; परंतु एकीचे बसणे तापदायक होते तर दुसरीचें बसणे तापनाशक होते.
- (२) सट्टा हुकला, चक्र सुटले आणि गणित चुकले या सर्वांचे कारण एकच—“ आकडा निसटला ”

(१९८) भावना कर्तव्याला स्फूर्ति देते तशी कर्तव्याची हानीहि करते.

- (३) सिगरेट ही गवतानें भरलेली कागदाची नळी असते, तिच्या एका टोकाला विस्तव असतो आणि दुसऱ्या टोकाला मूर्ख मनुष्य असतो.
- (४) सरकारन द्विभार्या-प्रतिबंधक कायदा कां केला ?
ज्यांना स्वतःचें संरक्षण करतां येत नाही, त्यांच संरक्षण कायदा करीत असतो.
- (५) बनारसमध्ये जितक्या गल्ल्या आहेत तितके रस्तेसुद्धा न्यूयॉर्कमध्ये नाहीत.
- (६) जगांत अशक्य असें काहीच नाही; पण कोणाला ? तर ज्याला स्वतःला काहीच करायचें नाहीं त्यालाच.
- (७) जगातील सर्वोत्कृष्ट पुस्तकाचें नाव कोणतें ? (खातीं पैसे असलेले) बॅक-बुक.
- (८) निदान पादचाऱ्याच्या सोयीसाठीं केळघाबरोबर त्यांच्या सालीही खाण्याचा आपण शक्यतो लवकर प्रयत्न करणें आवश्यक आहे.
- (९) पगार झाल्यापासून १० तारखेपर्यंत पत्नी अत्यंतिक प्रेमळपणानें वागते. ११ तारखेपासून २० तारखेपर्यंत तिचे प्रेम मध्यम असतें नि २१ ते ३० तारखेपर्यंतच्या काळांत कमीत कमी १/२ वेळा तरी तिच्याशी खटके उडतातच.

एका प्रश्नपत्रिकेंतील प्रश्न

लहान मुलाना गाईच्या दुधापेक्षां आईचें दूध का चांगलें याची ५ कारणे द्या :

उत्तर

- कारण १ लें--ते जास्त ताजें असतें.
- कारण २ रें--ते जास्त स्वच्छ असतें.
- कारण ३ रे--ते माजराना चोरून पितां येत नाही.
- कारण ४ थ--मुलास ते केव्हाही व कोठेही मिळू शकते.
- कारण ५ वें--भांड्याची गरज न लागता ते मोठ्या सहजतेने व समाधानानें मुलास पिता येतें.

(१९९) शस्त्रापेक्षां शब्द जपून वापरा.

सिनेमाचा परिणाम

(दुपारच्या वेळी झोपलेली अरविदाची आई पुढील संवादाने जागी झाली.)

चि. अरविद (चि लतेच्या गळघात हात घालून) “ प्लिये चादणं बघ कित्ती कित्ती सुदल पडलं आहे. ”

चि. लता-“ इश्श, चांदणं कुथे ले आहे, आत्तासे तल दुपालचे दोन वाजताहेत. ”

चि. अरविद-“ वेडी कुतली, अग असंच् नाही कां तो सिनेमांतला माणूस काल बोलत होता ! ”

चि. लता-“ इश्श, प्लेमाचे खेल कलतोस होय, थांब आईलाच सागते तुझें नांव कसे. ”

शब्दांचे प्रताप

(१) “ प्रौढत्वीं निजशवास जपणें बाणा कविचा असे ” या ओळी केशवसुताने लिहिल्या आहेत.

(२) जीना (विमा) उतरण्याच्या योजनेबाबत सरकार विचार करीत आहे.

(३) हरिश्चंद्र व नारायण याना ज्यूरिनें सुरा दाखवून दरोडा घातल्याच्या आरोपावरून दोषी ठरविले.

(४) भाड्याने देणें-नवीन ब्लॉक ३।४ खोल्याचा, भर बुधवारांत संडास, बाथरूम स्वतंत्र.

(५) अधिक दूध देणाऱ्या गाई व बैलांची पैदास करण्याचे रशियाचे प्रयत्न चालू आहेत.

(६) फ्रेंच सैनिकांच्या प्रणयाच्या वेळीं इंडोचायनांतील श्री. देसाई हे जातीनें हजर होते.

(७) इराणच्या चहाच्या नातलगास रशियाची हेरगिरी केल्याबद्दल अटक.

(२००) बुद्धीचा जितका उपयोग करावा तितकी अतृप्ति वाढतच जाते.

(८) फारशी मुलें नसलेला, विधूर अथवा प्रथम वर पांचशेवर उत्पन्नाचा पाहिजे.

(९) पाण्यात पडून मेलेला इसम खात्रीने बरा कसा होईल याची माहिती या पुस्तकांत देण्यांत आली आहे.

उत्तर—पत्रिकेंतील निवडक गंमती

(१) शुक्ल व कृष्ण हे भारतातील दोन राजकीय पक्ष आहेत.

(२) पायोरिया हा पायाचा रोग आहे.

(३) सम्राट अलेक्झांडर याने आपलें स्मारक म्हणून अलेक्झांड्रा हा सिनेमा बाधला.

(४) पूर्वी दुष्काळात खायला न मिळाल्यामुळे एक वाघ रोडावून फार बारीक झाला; त्याला जी सतति झाली तीच आताची माजरे होत.

(५) डॉक्टर राजेद्रप्रसाद हे भारतातील एक सुप्रसिद्ध डॉक्टर आहेत,

(६) तेनसिग हा पहिल्याने अकबराच्या दरबारातील गवई होता.

(७) चक्रासारखें फिरतां फिरता ज्या व्याजाची गति वाढत जाते तें चक्रवाढ व्याज होय.

(८) अमृतसर हे अमृतासाठी प्रसिद्ध आहे.

शब्दांच्या व्याख्या

(१) गॅलरी—माडीवरून रस्त्यावर केर टाकण्याची जागा.

(२) लेखणी—एकावेळी असख्य लोकांचा गळा कापण्याचे साधन.

(३) रेस—जो खेळायला मोटारीतून जातो अन् जी सपल्यावर स्ट्रेचर-वरून हॉस्पिटलांत जातो.

(४) पत्रक—पुढाऱ्याचा कागद नासविण्याचा रिकामटेकडा उद्योग.

(५) छत्री—एकाचा निवारा दोघाचा शॉवर बाथ.

(६) फॅशन—दर ६ महिन्यांनी बदलणारी वस्तु.

(७) कॉलेज—शाळा आणि लग्न यांमधील काळ घालविण्याचें मुलीचें एक ठिकाण.

(२०१) भक्ति हें सोंग नाही, मन सुधारण्याचा तो एक मार्ग आहे.

(८) वक्तृत्व--बेबीच्या देठापासून काढावयाचे आवाज अतःकरणाच्या तळापासून निघत असल्याची बतावणी.

(९) विश्वशांति--दोन महायुद्धांच्या मधला काळ.

(१०) परीक्षा--ज्ञान तपासून घेण्याचें हातयंत्र.

कथांचे प्रकार

प्रदीर्घकथा, लघुकथा, लघुत्तम कथा, भयकथा, गभीरकथा, सत्यकथा, पौराणिक कथा. परत आलेली प्रेमकथा, नवकथा, भाकडकथा, सस्पेन्स कथा, विनोदी कथा, रम्यकथा, अनुवादित कथा, किञ्चित् कथा.

पाहुण्यांनीं लक्षांत ठेवावें

पहिल्या दिवशी--पाहुणा

दुसऱ्या दिवशी--ओझं

तिसऱ्या दिवशी--संकट

चौथ्या दिवशी--दिवाळं

पाचव्या दिवशी--लीलांव

सहाव्या दिवशी--वेड्यांचें हॉस्पिटल.

थोडी गंमत

(१) काही तरी काय बोलतोस, म्हणे घराएवढी मोटार गेली या पुलावरून आत्ता. तुला आजपर्यंत निदान लाखवेळां तरी सांगितलें असेल कीं, अतिशयोक्ति करून राईचा पर्वत करूं नये म्हणून !

(२) एक खेडवळ मनुष्य मुबई पाहून गेल्यावर आपल्या खेडवळ दोस्तास मुबईतील 'लिफ्ट' मधला अनुभव सागत होता, " आम्ही छोट्या खोलीत गेल्यावर दार बंद केले नि बटन दाबल्याबरोबर काय गंमत, काहीतरी हालचाल होऊन वरचा मजला एकदम खाली आला रे ! "

(३) तबाखू खाणारे लोक--थुके

(तपकिरीतून) नाकांत कोंबणारे--शिके

(विडीतून) ओढणारे--फुंके

तंबाखूचा कुठलाही उपयोग न करतां तिला नावें ठेवणारे--भुंके.

(२०२) धर्माचें अंतरंग प्रेम व बहिरंग परोपकार होय.

(४) ऊसाला फळ का नसते ?

(५) वारा वाहत नसतो तेव्हां तो कोठें असतो ?

(६) स्वार्थ म्हणजे स्वतःचा अर्थ, आणि परमार्थ म्हणजे दुसऱ्याचा अर्थ असे असताना स्वार्थ वाईट व परमार्थ चांगला असे का म्हणतो ?

(७) जबाबदारी म्हणजे काय ? समजा, विजारीला दोन गुड्या आहेत आणि त्यापैकी एक तुटली म्हणजे मग सारी जबाबदारी साहजिकच दुसऱ्या गुडीवर येऊन पडणार.

(८) फाटका मुकटा, टाचणी टोचली, काळाराम गोराराम, हे शब्द भराभर म्हणल्याने काय गोधळ होतो ते पहा बघू.

(९) जगात अनेक कवि हीन स्थितीत का ? कारण जगांत अनेक हीन कवि आहेत.

नवीन व्याख्या

टीकाकर-पळावे कसें हे शिकविणारा लंगडा.

नवा जोडा-आपल्या पायात खुपतो आणि इतरांच्या डोळ्यांत भरतो तो.

नवकाव्य-ज्याचा खुद्द कविलाही अर्थ कळत नाही आणि साहित्यांत मात्र जे अनर्थ निर्माण करते तें.

क्वचित् काव्य-ज्यात यत्किचितही काव्य नसतें, पण कविवद्दल मात्र चिंता निर्माण करते ते.

विचारवत-स्वतः काहीच विचार न करतां दुसऱ्याला विचारांत पाडणारा मनुष्य.

साहित्यिक-आपल्यानंतर साहित्याचे काय होईल म्हणून निष्कारण चिंता वाहणारी व्यक्ति.

गंगास्तवन

(आर्या) गंगा, गा ! गा गगा, गंगा ! गगे ! ग ! गगि गा गुंगा ॥

गंगा-गुंगी गुंगा ! गंगा गुगी ग ! गग गा गंगा ॥

अर्थ:-“गं गणपतये नमः” यांतील ग म्हणजे गणपतिला गा, हें प्रारंभीचें

(२०३) पत्रलेखन हा माणसाच्या अंतरंगाचें दर्शन घडविणारा एक उत्कृष्ट कला-प्रकार होय.

गणेशस्तवन करीत तू गगेला गा, “हे गंगा”, “हे गगे” असे म्हणत गगेत स्नान करीत असतां किंवा गगेच्या काठी उभे राहून (दुसरी बडबड न करिता) गगेला गा. गगेच्या गुगीत गुग व्हा, म्हणजे तिच्या ध्यानात मग्न व्हा. गगेच्या गुगीत गावेसेच वाटले तर गाऊन गगेलाच हाक मारा (‘हर गंगे, हर गगे’ असे म्हणा.)

शब्दांची कसरत

(१) मुलगा हरवला (एक जाहीरात) अंगात खाकी पॅट, हाफ शर्ट, चेहरा गोलसर, ठेंगणासा, डोक्यात व पायात काही नाही.

(२) नेमक्या याच वेळी त्याने अजिंक्यपद मिळवून सर्वांना तोंड बोट्यात घालावयास लावले.

(३) अर्घ्यदान देण्याकरिता पाण्यात उभ्या राहिलेल्या अर्जुनाला एक लावण्यवति कन्या पातळात नेऊं लागली.

(४) महसूलमत्री ना. भाऊसाहेब हिरे हे कोल्हापुरातील वेलवान मंडळीनी बोलावल्यावरून कोल्हापुरला गेले.

विशेष व्याख्या

विवाहीत माणूस—जन्मठेपेचा कैदी.

विधुर—जन्मठेपेतून सूट मिळालेला सुदैवी माणूस.

ब्रह्मचारी—ब्रह्माप्रमाणें गूढ ज्याचा आचार आहे असा राजयोगी.

भगिनीसमाज—भगिनीस माज (मुद्रणदोषाबद्दल क्षमा).

बुद्धिवादी—ज्याच्या बुद्धिविषयीं चारचौघांत वाद आहे असा.

फास्ट गाडी—काहीं ठराविक स्टेशनांवर जी थांबत नाहीं; परंतु कोणत्याही दोन स्टेशनांमधे थांबते ती.

कांहीं बातम्या

(१) वक्षसवर्धनासाठी विमानांतून बी-पेरणी.

(२) डॉ. गुप्ता यांचें योगाधारित, वेदनारहित दंतोत्पादन.

(३) पांढरे कोड, हजारांचें नष्ट झालेलें प्रभावी रामबाण औषध.

(४) गोवा—सत्याग्रह पक्षीनरपेक्ष हवा.

(२०४) देव म्हणजे सर्वत्र सचिवानंदाचें साम्राज्य व पूर्णता.

(५) खासदार व्यकटराव पवार याची प्रवृत्ति मध्यंतरी फार बिघडली होती; ते आता बरे झाले आहेत.

कांहीं शब्दांचे अर्थ

- (१) प्रेम-विशिष्ट माणूस व बाकी इतर यातील फरकाची अतिशयोक्ति.
- (२) कम्युनिस्ट-जो तुमची कोबडी चोरतो नि ती शिजविण्यासाठी तुमच्याकडचेच भांडे मागून नेतो अशा व्यक्ति.
- (३) पस्तीशी-मोह आवरण्याची खटपट सुटून न आवरलेल्या मोहांची आठवण वारवार येऊं लागण्याचे वय.
- (४) मध्यम वर्ग-रिकाभ्यापोटी ढेकर देऊनही जग काय म्हणेल ही खंत बाळगणारा वर्ग.
- (५) देणगी-प्रतिष्ठा टिकविण्याचें वड्या लोकाचे एक आकर्षक साधन.
- (६) दाढी-कुरूपपणा लपविण्याचे एक ह्वाबदार साधन.
- (७) थाप-आजकाल ९९ टक्के लोकाना 'ही देतां येणे' सहज शक्य आहे अशी चीज.
- (८) काटकसर-कजूषपणाचे गोंडस नाव.
- (९) मोटार-अत्यंत रहदारीच्या रस्त्यावर आरामाने बसण्याचे स्थळ.
- (१०) परराष्ट्रीय राजदूत-स्वदेशाच्या पैशावर परदेशात चैन करणारा प्राणी.
- (११) पार्लमेंट-विजयी उमेदवाराचें सामुदायिक निद्रास्थान.

जन्माचे योगायोग

नेपोलियनचा जन्म-	२० एप्रिल १७६०.
हिटलरचा जन्म-	२० एप्रिल १८८९.

(२०५) जगात जो आपले कर्तव्यकर्म करतो, त्याला जगाचा कधीच कंटाळा यावयाचा नाही.

दरम्यानचा काल—	१२९ वर्षे.
फ्रेच राज्यक्रातिचे साल	—१७८९
जर्मन राज्यक्रातिचे साल	—१९१८

दरम्यानचा काल —	१२९ वर्षे
नेपोलियनचें सत्ताग्रहण	—१८०४
हिटलरचे सत्ताग्रहण	—१९३३

दरम्यानचा काल —	१२९ वर्षे
नेपोलियनची रशियावर स्वारी	—१८१२
हिटलरची रशियावर स्वारी	—१९४१

दरम्यानचा काल —	१२९ वर्षे
व्हिएन्नाचा तह	—१८१५
जर्मनीचा तह	—१९४४

दरम्यानचा काल —१२९ वर्षे

नवकाव्याचें जुनें स्वरूप

(१)

हजामो बार्बरो न्हावी । नापितो धोप्टी पालक : ।
विंडो वातायन खिडकी । गवाक्षं भोक भितिला ॥

(२)

(रिमझिम् पाऊस पडे सारखा-या चालीवर)
टिप्टिप् शाई गळे सारखी
बोटालाही डाग पडे ।

(२०६) शाळेंतील शिक्षण जन्मभर पुरत नाही, यास्तव ग्रंथ हेच कायमचे गुरु आहेत.

शाईच शाई चहुंकडे ग बाई
गेला ब्लॉटिंग कुणीकडे ॥

(३)

जो ब्राह्मणासी देतो पानविडा खांड कात चुना ।
त्यासि ईश्वर देतो पुत्र पौत्र नात लेकी सुना ॥

(४)

कराग्रे वसते स्पूनम् । करमध्येच बिस्किटम्
करमूले तु चहापात्रम् । प्रभाते कपदर्शनम् ॥



(२०७) तारुण्य अगर वार्धक्य हें विचारांच्या जोरावर अगर
शैथिल्यावर अवलंबून असतें.

महाराष्ट्राचें आवडतें मासिक

प्र सा द

: सं पा द क :

प्रा. शं. वा. दांडेकर, श्री. स. आ. जोगळेकर,
श्री. य. गो. जोशी

ऑगस्ट १९५६ पासून दहावें वर्ष सुरूं

दरवर्षी ऑगस्टचा वर्षारंभ अंक आणि दिपावली अंक या दोन खास अकासुद्धां वार्षिक वर्गणी ट. ख. सुद्धां फक्त आठ रुपये. दर अकात प्रा. सोनोपंत दांडेकराचें अभग-सकीर्तन व श्री. य. गो. जोशी याचें लेखन नियमाने येते. शिवाय श्री. स. आ. जोगळेकर, श्री. बाबासाहेब खापर्डे, श्री. बापट गुरुजी, श्री. चिं. ग. कर्वे यांचे महत्त्वपूर्ण लेख, कथा अित्यादि. आजच वर्गणीदार व्हा.

- व्यवस्थापक -

प्र सा द प्र का श न ६८९/२४ सदाशिव, पुणें २.

सूचि

विषय	पृष्ठ
अजगर लहान तोंडांतून मोठे प्राणी कसे गिळू शकतो ? ...	९४
अतिशय थकवा आल्यास... ..	७६
अमेरिकन फ्रीस्टाईल कुस्त्यांमधील डावपेच	१३४
वॅल्युमिनियमची भांडी	१२०
अशा म्हणीना काय म्हणतात बुवा !	१८८
अष्ट-विनायकाची स्थाने	२४
अस्सल कस्तुरी ओळखण्याकरितां	१००
आंकड्यांबद्दल शकुन व अपशकुन	१२६
आकाशातील विजापासून बचाव	११०
आगठ्याचे ठसे	१३२
आचरण शुद्ध कसे असावे ?	२
आजकालचे शब्दार्थ	१८९
आणखी काही व्याख्या	१९३
आत्म-श्रेष्ठत्वाची भावना	१५
आत्मिक उन्नति साधा	१५
आधुनिक चित्रकलेची खूण	१४९
आपली स्मरण-शक्ति	६१
आपल्या दाताची रचना	७२
आपल्याला थंडी कशी वाजते !	५०
आयुष्यातील महत्त्वाची वर्षे	१६४
आवाजाची मर्यादा	११८
इच्छा आणि शब्द	१४६
ईश्वराच्या मूर्तीची कल्पना	१
उघडकीस आलेली बनावट औषधे	९९

विषय	पृष्ठ
उचकी कां येते ?	७०
उंच व्यक्तीचें भाग्य	४४
उच्च परीक्षाचा अभ्यास कसा करावा ?	२०
उंट पाण्याशिवाय बरेच दिवस कसा राहतो ?	९२
उत्तर-पत्रिकेतील निवडक गंमती	२०१
उन्हाळ्यांत घामोळे का येतें ?	३१
एक गव्हाचा दाणा	१३०
एका प्रश्नपत्रिकेतील प्रश्न	१९९
एकेकाळचे सिद्धांत	१९८
कथाचे प्रकार	२०२
कपडे धुण्याची रीत	१२२
कपड्यावरील डाग काढणें	१२१
कर्म करतो त्यालाच जगण्याचा अधिकार	१
कलियुगाचे वर्णन	१२९
कलेची प्रयोजने	७
कल्पनेचे काव्य	१९७
कवि करदीकर याचें शब्दब्रह्म	१४
कागदाच्या तुकड्यापासून वस्तु	१०४
काजवे का व कसे चमकतात ?	८८
कादंबरी-वाचनाचे हेतु	१२
कांद्याचे विविध उपयोग	१७१
काय कमाल आहे बुवा !	९०
काय प्रवड असतो हा देवमासा !	८४
कावळ्यासारखी काकदृष्टि येण्यास	७६
कासव (दगडाचे) देवळांत का दृष्टीस पडतें ?	८३
काही ध्येयवादो म्हणविणाऱ्या स्त्रिया	१०
काही बातम्या	२०४
काहीं शब्दांचे अर्थ	२०५

विषय	पृष्ठ
काळज्या किती प्रकारच्या असतात ?	३२
कीटक आवाज कसे काढतात !	८२
कुत्री बसण्यापूर्वी गोलगोल का फिरतात ?	८३
कुत्र्याची छत्री	१६९
कुत्र्याचे प्रकार	९१
केस कुरळे का होतात ?	५०
केस गळणें-टक्कल पडणे-केस काळे करणे	७८
कोणापासून कसे रक्षण करावें ?	६
कोळ्याच्या जाळ्याचें वैशिष्ट्य	८७
खऱ्या मोत्याचे सहा गुण	११२
खोल अभ्यासाचे महत्त्व	१६८
गणेशाच्या मूर्तीची कल्पना	४
गप्पा व गोष्टी	१५१
गरज व नकार	५
गर्दभ-राजाची बुद्धिमत्ता	८०
गार कशी तयार होते ?	१०९
गगास्तवन	२०३
ग्रहावरील जीवन	१४५
घरगुती सौन्दर्य-प्रसाधने	७९
घ्राणेन्द्रियाचे कार्य	७३
चार प्रकारची भाणसें	१७
चालण्यावरून स्वभाव जाणणें	१६२
चालावे कसे ?	५९
चित्रपट-परीक्षण	१४
चुंबनाचा शास्त्रीय दृष्टिकोन	६९
चेहरा टवटवीत करण्यास	७६
चेहरा बघून भविष्य जाणणें !	१५४
चेहऱ्याची शोभा	३२

विषय		पृष्ठ
चेह-याचे आकार काय दर्शवितात ?	...	१५४
चेह-यावरचे मुरुम, पुटकुळ्या व डाग नाहीसे करण्यास	...	७८
चेह-यावरोल मुरुमाचे कारण	...	६०
चंदनाचे झाड	...	१७४
चंद्र, सूर्य व पृथ्वी	...	१०७
चादीप्रमाणे दिसणारे धातू	...	११९
जगातील सर्वांत पुढारलेला देश—अमेरिका	..	१२८
जन्माचे योगायोग	...	२०५
जास्त चालण्यामुळे पाय कां आंबतात ?	...	४६
जाहिरातीची साधनें	...	१४०
जीभ ! काय अजब रचना !	...	३०
जीराफाची मान त्यास केव्हां नडते ?	...	९३
जीवनातील वर्षाचे महत्त्व	...	१६५
जेवतांना घेण्याची काळजी	...	६१
जेवतांना पाणी प्यावे का ?	...	५१
झाडाचें आयुष्य	...	१७२
झाडांना सूर्यप्रकाश किती मिळतो ?	१७२
झाडे, फळे व फुले यांच्याशीं जोडलेले गुणावगुण	...	१७३
झोप कशी लागते ?	...	५९
झोप लागण्याकरिता	...	६६
डाबखोरपणा	...	५२
डांस आपल्याला का चावतो ?	...	९०
डाबरी कोळसा व हीरा	...	१०९
डिझेल इंजिनाविषयी महत्त्वाची माहिती	...	११४
डीकें-दुखीचा त्रास	...	४०
डोक्यावरील केंस	...	५४
डोळ्यात अश्रू कां उभे राहतात ?	...	३९
डोळ्यांची ठेवण काय सांगते बघा !	...	१६०

विषय	पृष्ठ
डोळ्यांचे सौन्दर्य	६८
डोळ्यांचे स्वभावसूचक रंग	१५९
डोळ्यांच्या तिरळेपणाचें कारण	३६
डोळ्यांना आकाशात तारे किती दिसतात ?	१२०
ढेकणाविषयी थोडें !	८५
तपमानाचा शरीरावर परिणाम	५७
तऱ्हेवाईक उत्तरे	१९४
तिळावरून ज्योतिष जाणणें	१५६
तुमचा चेहरा काय सुचवितो बघा !	१५३
तुमचे शरीर-गुणधर्म	६१
तेलमिश्रित रगाचे डाग काढण्यास	१२३
त्याग व दान	२
थोडक्यांत, पण महत्त्वाचें	४५
थोडक्यात सारं !	१९१
थोडी गमत	२०२
थोर लोकाना आपण काय म्हणतो ?	८
थोराचे अन्वोद्गार	११
थोरांचे कर्तृत्व	६
थोराचे जन्म-मृत्यु	५
दाढी करण्याचे शास्त्र	१०५
दिवा विझताना मोठा का होतो ?	१२१
देवासाठी खर्च	१२५
दोन आणि दोन म्हणजे चार होतातच असे नाही	१८८
दृष्टि सुधारण्यास	७८
दृष्टीची शक्ति व तिचें मोजमाप	४८
धन्य ती गोगलगाय !	८०
नखें खाण्याची संवय	३७
नवकाव्याचें जुने स्वरूप	२०६

विषय		पृष्ठ
नवरसाची उदाहरणे	...	९
नवलविशेष	...	१९८
' नवा 'चे साम्राज्य	...	१२९
नवीन व्याख्या	...	२०
नाही म्हणण्यात जबाबदारी असते	..	२६
निरनिराळ्या देशातील पुरुषांची स्त्रियांविषयीची आवड	.	१६६
निवृत्तिनाथाची काव्यरचना	.	२३
पडसें कशामुळे होती ?	..	३७
पर्जन्यसूचक प्राणी	...	८२
पर्जन्याच्या निसर्गदर्शित खुणा	...	१०७
पद्मपुराणांतील पृथ्वीचे वर्णन	...	११७
पर्वकाळ, सिंहस्थमेळा व कुंभमेळा	...	१४३
पाण्याची शक्ति	...	११८
पाण्यातील माशांना हवा लागते का ?	...	९३
पाण्यातून हात बाहेर काढल्यास सुरकुत्या का पडतात ?	...	५३
पालिशचे प्रकार व कृति	...	११०
पाहुण्याच्या त्रासावर योजना	...	१२७
पाहुण्यानी लक्षांत ठेवावे	...	२०२
पुढील हिशोबाचे उत्तर द्या	...	१९२
पूर्वीच्या स्त्रियांचे काही उखाणे	...	१९५
पोलादाची किंमत	...	१३८
पचरसाने युक्त असणारी लसूण	..	१६८
प्रतिभेची प्रभा	...	१९३
प्रत्येक रोगावर वनस्पति असतेच	...	१७४
प्रयत्न, प्रयत्न, सतत प्रयत्न	...	१९
प्राणी राग कसे दर्शवितात ?	...	१०
प्राण्यांचा मृत्यू	...	८७
प्राण्यांचे वैशिष्ट्यपूर्ण गुण	...	९०

विषय	पृष्ठ
फुलदाणीतील फुलें ताजीं राखणें	१२०
फुलपांखराच्या पखावरची वर्तुळे	८८
बकरीचें दूध	८४
बायका दागिना का खरीदतात ?	१३३
बालकाचे पहिले वर्ष	५७
बुद्धिमान मुले कशी निपजतील ?	४८
बे. फ्रँकलिनचा मृत्युलेख .. .	१०
बोट अगर मोटार लागून होणाऱ्या वांट्यांचें कारण .	४१
बोटावरून भविष्य जाणणे	१६१
बोटास अगर अवयवास सूज कशी येते ?	३४
ब्राह्मीचें तेल घरीं बनविणें	१७३
भारत व हॉलिवूड चित्रसृष्टि .	१३५
भारतांतील नाण्याचो किंमत	१४१
भारतातील लोहमार्ग	१४४
भारतातील साक्षरता	१३६
भूगर्भातील खनिजे शोधण्याचे प्रकार	११४
म. गाधीची श्रद्धा .. .	१६
मत्सराचें स्वरूप	४
मधमाशी चावल्याबरोबर का मरते ?	८७
मधाची उपयुक्तता .	१०३
मध्यमवर्गीय महाराष्ट्रीय स्त्री-जीवनाची चांचणी	१४१
मनगटावरील घड्याळांची निगा	१०१
मनुष्य झोपेत असताना	५८
मनुष्य घोरतो म्हणजे काय होते ?	४३
मनुष्याचे स्पर्शेन्द्रिय	४२
मनुष्याचे दीर्घायुष्याचें कारण	६४
मनुष्याच्या बोलण्यावरून त्याची पारख करणें	१६३
मनुष्यास मधुमेह कां होतो ?	३९

विषय	पृष्ठ
मराठी कवींचें कार्य	१३
महर्षि मनुची जलपरीक्षेचीं लक्षणें	११५
महाराष्ट्राचा अभिमान	९
महाराष्ट्रांतील दुष्काळ	१४६
महासागरातील मासे	८१
माझ्या बाळा	१९६
मांजर हे असें असतें !	८९
माणसाचे मन	१४९
माणसांच्या मेदूतील ज्ञानतंतू	३६
माणसे खोटे का बोलतात ?	३३
मानेनें होकार व नकार देणें	७४
मीठ	९९
मुलगा की मुलगी ओळखणें शक्य आहे का ?	६६
मुलास कोणत्या टाईपाचे पुस्तक वाचण्यास द्यावे ?	४२
मुसलमानातील चार धार्मिक कृत्यें	१३१
मूल बोलायला कसे शिकतें ?	३३
मृतापासून आलेले संस्कार	२७
मेणबत्तीचा प्रकाश	१०६
मेदीचे गुणधर्म व तयार करण्याची कृति	१६८
मेदूतील वीज	१२०
मोटारीचा नंबर	१०१
मोटारीविषयीं थोडे !	१३१
मोठ्या हॉटेलात टिप्स कां देतात ?	१३०
मोह व धर्माचें कारण	१४
यशाची गुहकिल्ली	१९
या गोष्टी लक्षात ठेवण्याचा प्रयत्न करा !	९४
याला म्हणतात घर !	११
युवतीचे हात	१६२

विषय	पृष्ठ
रक्तपेशी, वजन, हृदयाचे ठोके, मृत्यु यांचा माणसांवर परिणाम	३८
रक्त व लालपेशी .. .	७२
रोज ध्यान का करावे ? . . .	४
रग-किरणोपचार-पद्धत . . .	५२
रंगामुळे शरीरावर होणारी प्रतिक्रिया .. .	३५
लहान मुलाचे काही यक्ष प्रश्न . . .	१९०
लहान मुलांना अन्न सुरू करताना .. .	५२
लहान मुलाशी कसे वागावे ? .. .	२२
लक्ष्मी कृपणाजवळ कां रहाते ? .. .	२३
लिपस्टिकच्या ऐवजीं . . .	७७
लिंबाचे विविध उपयोग . . .	१७५
लिहिण्याची पूर्वतयारी . . .	२
लो. टिळकाच्या दुःखविषयक कल्पना .. .	२२
लोकरीचे अगर रेशमी कपडे धुतांना . . .	१२२
वजन उचलण्याची शक्ति . . .	१०४
वजन व इद्रियाच्या वाढीचे प्रमाण . . .	४३
वटवाघळाना कसे दिसते ! . . .	८३
वर्णसंकराचा भयकर परिणाम ! . . .	१३८
वनस्पतीचा रंग हिरवा का असतो ? .. .	१७२
वनस्पतीना रगीबेरंगी फुले कशी येतात ? ...	११६
वर पाय व खाली पाठ करून चालताना . . .	८६
प्राणी कां पडत नाही ? . . .	८६
वाचकांचें सपादकाला पत्र .. .	१९६
वाचतांना घेण्याची काळजी . . .	४९
वाचा व विचार करा ...	१२६-
वार्षिक वाढदिवस ...	१४५
विड्याच्या पानाची लोकप्रियता ...	१६९
विड्यातील पदार्थ व त्यांचे गुणधर्म ...	१३८-

विषय			पृष्ठ
विद्वानांच्या सवयी	१२४
विविध देशाची विविध नावे	१३३
विविध देशातील लोकांचा स्वभाव	१२७
विशेष व्याख्या	२०४
विश्रांतिदिन	१९१
बीज कशी निर्माण होते ?	१४९
बीज म्हणजे काय ?	११७
वृद्धांच्या अगावर पडणाऱ्या सुरकुत्या	५९
वृक्षारोपणाचें महत्त्व	१७०
व्यवहाराच्या गोष्टी	१७६
व्याख्याच व्याख्या	१९७
व्हॅसलीनचा उपयोग	१००
शब्द—काव्य	१८९
शब्दांची कसरत	२०४
शब्दांची किमया	१९५
शब्दाची घोडचूक	१८८
शब्दाचे प्रताप	२००
शब्दाच्या व्याख्या	२०१
शरदऋतूचे वर्णन	२५
शरीराचे रासायनिक पृथक्करण	३१
शरीरातील पाकरसाचें सामर्थ्य	७४
शरीरातील पेशी	६९
शरीरातील रक्तवाहिन्या	६५
शरीरातील साखरेचें प्रमाण	५८
शिक्षण म्हणजे काय ?	१७
शीख, पंजाबी, बंगाली व महाराष्ट्रीय	१२८
शंकराचीं मुक्तिचिन्हे	१८
सभ्य लोक कोण ?	१३

विषय	पृष्ठ
समुद्राची लाट किती मोठी असू शकते ?	१०६
समुद्रातील अन्न	८१
सराफाकडे दागिने मोडतांना	१११
सर्वात सुखी माणूस	१३१
सात वाराचा अनुक्रम कसा ठरला ?	११३
साप चालतो कसा ?	९२
साबणाचे उपयोग	१०८
सिगारेट ओढणाऱ्यांचें भविष्य जाणणें	१६३
सिगारेटविषयी	१०१
सिनेमाचा परिणाम	२००
सुखदुःखाचें स्वरूप	११
सुखी होण्याचा सोपा मार्ग	१३४
सुती अगर लोकरीचा कपडा ओळखणें	१२१
सुप्रजाजनन शास्त्र (Eugenics)	४०
सूर्यफुलाचे तोड सूर्याच्याच दिशेने का फिरते ?	१७३
सूर्याविषयी थोडे	११२
सेकदात काय काय घडू शकतें ?	१३२
सौन्दर्य कशात आहे ?	२
सपत्तीची समान वाटणी	६
सभाषणाचे काही नियम	२१
संसार म्हणजे काय ?	३
संसारातील काही अमूल्य सूचना	१५
संस्कृत कवीची बुद्धिमत्ता	२६
स्त्रियांच्या ओठावरील लव घालविण्यास	७७
स्त्री कशी असते ?	९
‘ स्त्री ’ चें रासायनिक पृथक्करण	१३७
स्त्री-पुरुषांच्या झोपेतील फरक	५३
स्त्रा-पुरुषांच्या स्वप्नातील फरक	५४

विषय		पृष्ठ
स्त्री-पुरुषांतील नैसर्गिक भिन्नता	...	४७
स्त्री-पुरुषांतील मूलभूत फरक	.	६२
स्त्रीविषयी पुरुषांनें बसविलेले आडाखे	..	२८
स्नान कसे करावे ?	...	६७
स्नानाने पापक्षालन होते काय ?	..	२४
स्नायूची शक्ति	..	६०
स्नायूच्या हालचाली	.	७४
स्मरणशक्ति वाढविण्याचे पाच उपाय	..	६४
स्वतःचें कल्याण व्हावे असें वाटते ना ?	...	१५०
हल्लीची शिक्षणपद्धति	...	१२
हस्ताक्षरावरून स्वभावज्ञान	...	१६६
हाडांचा बळकटपणा	...	५७
हात आपोआप वर जाण्याचा प्रयोग	...	६३
हात व पाय	.	६८
हात व हातावरच्या रेषा	...	१२५
हार्मोन्स म्हणजे काय ?	...	५४
हिन्याची पारख	...	१०३
हिन्याविषयी काहीं गैरसमजूती	...	१०८
हे खरें असेल का ?	...	१२९
हे परमेश्वरा !	...	३
हे बघा कीटक-तज्ज्ञाचें डोके	...	८९
हे मनुष्यास शक्य आहे	...	५६
होतकरू वक्त्यांसाठी	...	१४७

